

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)		10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe)
			19:00-20:30 武神館(Paul)		14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	17:00-18:30 武神館基礎(Ryu)
6	7	8	9	10	11	12
		10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)		10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)		19:00-20:30 武神館(Paul)		14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	17:00-18:30 武神館(Paul)
13	14	15	16	17	18	19
		10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)		10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)		19:00-20:30 武神館(Paul)		14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	17:00-18:30 武神館基礎(Kaneto)
20	21	22	23	24	25	26
		10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)		10:30-11:45 基礎ヨガ (Shige)		10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)		19:00-20:30 武神館(Paul)		14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	17:00-18:30 武神館(Paul)
27	28	29	30			
		10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)				
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)		19:00-20:30 武神館(Paul)			