

10月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				10:30-11:45 基礎ヨガ (Shige)	14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館基礎(Ryu)
4	5	6	7	8	9	10
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)	10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)	19:00-20:30 武神館(Paul)	10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)	14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館(Paul)
11	12	13	14	15	16	17
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)	10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)	19:00-20:30 武神館(Paul)	10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)	14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館基礎(Kaneto)
18	19	20	21	22	23	24
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)	10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)	19:00-20:30 武神館(Paul)	10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)	14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館(Paul)
25	26	27	28	29	30	31
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)	10:30-11:45 基礎ヨガ(Naomi)	19:00-20:30 武神館(Paul)	10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)	14:30-15:45 オンラインヨガ (Asako)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館(Paul)