

1月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
ラサリラヨガのスタジオクラスは今月から休止いたします						10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe)
1月9日(日)のオンラインヨガは無料です！リンクはブログにて告知します。どなたでも参加可！予約不要						17:00-18:30 武神館
3	4	5	6	7	8	9
14:00-15:15 オンラインヨガ (Asako)			19:00-20:30 武神館(Paul)			10:30-11:45 無料オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館(Paul)
10	11	12	13	14	15	16
14:00-15:15 オンラインヨガ (Asako)			19:00-20:30 武神館(Paul)		15:00-17:00 武神館 中・上級 (Paul)	10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館基礎(Ryu)
17	18	19	20	21	22	23
14:00-15:15 オンラインヨガ (Asako)			19:00-20:30 武神館(Paul)			10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館(Paul)
24/31	25	26	27	28	29	30
14:00-15:15 オンラインヨガ (Asako)			19:00-20:30 武神館(Paul)			10:30-11:45 オンラインヨガ (Tomoe) 17:00-18:30 武神館基礎(Kaneto)