

# 8月スケジュール

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
<p>動くヨガ</p> <p>学ぶヨガ</p> <p>特別クラス</p>					<p>1</p> <p>8:00~8:50 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:00~10:00 古典ヨガ ayumi</p> <p>10:30~12:30 活用心理学 第1回『運命の試練』 Natalia</p> <p>Kairava Kirtan 第一部 15:00~17:00 第二部 17:30~19:30</p>	2
<p>3</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 シヴァナンダヨガ ビギナー ayumi</p> <p>13:30~14:45 ウクレレ キールタンレッスン アナン</p>	<p>4</p> <p>11:00~12:00 腸活ヨガ AYAKA</p> <p>18:30~19:30 インディアン・ダンス ムーブメント モヒニ</p>	<p>5</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 姿勢改善 美ボディヨガ 藤家 蘭</p> <p>11:00~12:00 寝たまま瞑想ヨガ 藤家 蘭</p> <p>18:30~19:30 腸活ヨガ AYAKA</p>	<p>6</p> <p>10:00~11:00 呼吸を深めるヴィンヤサヨガ chami</p> <p>11:30~12:30 月の満ち欠けヨガ chami</p>	<p>7</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 太陽礼拝とストレッチヨガ ayumi</p> <p>18:00~19:00 シヴァナンダヨガ ビギナー Kaori.Janaki</p> <p>19:30~20:30 ヨーガ療法 Kaori.Janaki</p>	<p>8</p> <p>8:00~8:50 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:00~10:00 古典ヨガ ayumi</p>	9
<p>10</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 シヴァナンダヨガ ビギナー ayumi</p> <p>13:30~14:45 ウクレレ キールタンレッスン アナン</p>	<p>11</p> <p>11:00~12:00 腸活ヨガ AYAKA</p> <p>18:30~19:30 インディアン・ダンス ムーブメント モヒニ</p>	<p>12</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 姿勢改善 美ボディヨガ 藤家 蘭</p> <p>11:00~12:00 寝たまま瞑想ヨガ 藤家 蘭</p> <p>18:30~19:30 腸活ヨガ AYAKA</p>	<p>13</p> <p>10:00~11:00 呼吸を深めるヴィンヤサヨガ chami</p> <p>11:30~12:30 月の満ち欠けヨガ chami</p>	<p>お盆休み</p>		16
<p>17</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 シヴァナンダヨガ ビギナー ayumi</p> <p>13:30~14:45 ウクレレ キールタンレッスン アナン</p> <p>15:00~16:00 バガヴァッド・ギターCafe</p>	<p>18</p> <p>11:00~12:00 腸活ヨガ AYAKA</p> <p>18:30~19:30 インディアン・ダンス ムーブメント モヒニ</p>	<p>19</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 姿勢改善 美ボディヨガ 藤家 蘭</p> <p>11:00~12:00 寝たまま瞑想ヨガ 藤家 蘭</p> <p>18:30~19:30 腸活ヨガ AYAKA</p>	<p>20</p> <p>10:00~11:00 呼吸を深めるヴィンヤサヨガ chami</p> <p>11:30~12:30 月の満ち欠けヨガ chami</p>	<p>21</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 太陽礼拝とストレッチヨガ ayumi</p> <p>18:00~19:00 シヴァナンダヨガ ビギナー Kaori.Janaki</p> <p>19:30~20:30 ヨーガ療法 Kaori.Janaki</p>	<p>22</p> <p>8:00~8:50 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:00~10:00 古典ヨガ ayumi</p>	23
<p>24/31</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 シヴァナンダヨガ ビギナー ayumi</p> <p>13:30~14:45 ウクレレ キールタンレッスン アナン</p>	<p>25</p> <p>11:00~12:00 腸活ヨガ AYAKA</p> <p>18:30~19:30 インディアン・ダンス ムーブメント モヒニ</p>	<p>26</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 姿勢改善 美ボディヨガ 藤家 蘭</p> <p>11:00~12:00 寝たまま瞑想ヨガ 藤家 蘭</p> <p>18:30~19:30 腸活ヨガ AYAKA</p>	<p>27</p> <p>10:00~11:00 呼吸を深めるヴィンヤサヨガ chami</p> <p>11:30~12:30 月の満ち欠けヨガ chami</p>	<p>28</p> <p>8:00~9:00 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:30~10:30 太陽礼拝とストレッチヨガ ayumi</p> <p>18:00~19:00 シヴァナンダヨガ ビギナー Kaori.Janaki</p> <p>19:30~20:30 ヨーガ療法 Kaori.Janaki</p>	<p>29</p> <p>8:00~8:50 朝の祈り&amp;ジャパ瞑想</p> <p>9:00~10:00 古典ヨガ ayumi</p>	30