



Beaura Studio Beaura 1/10(祝)レッスン スケジュール

1/10

		1/10 (祝)	
10:00			
10:30			
11:00			
11:30		ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 11:00~12:00 馬場真澄	
12:00			
12:30			
13:00		ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 12:45~13:45 赤沼直美	
13:30			
14:00			
14:30			
15:00		ハタ ヴィンヤサヨガ III Beaura Style 14:30~15:45 赤沼直美	
15:30			
16:00			
16:30		ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 16:30~17:30 内田宗子	
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

ヴィンヤサヨガ II に慣れてきて、
さらにヨガが深めるための
今春導入のNewクラスを先行体験！

Studio Beaura
03-5459-5751

【営業時間】

平日 10:00~22:00
土曜 10:00~20:00
日祝 10:00~20:00
定休 毎月20日

定員まで
残りわずか！

ケン・ハラクマ氏によるワークショップ開催！ ★・★

来る3月21日(祝) 10時~13時まで、Studio Beaura 代官山にて国内アシュタンガーヨガの第一人者ケン・ハラクマ氏によるワークショップを開催いたします。

プライマリーシリーズの練習から呼吸法、瞑想法、座学(ヨガをより深めるための知識、アサナと日常生活との向き合い方、女性に適したヨガの練習方法について)等、動いて学べる180分！



- ①お電話で予約(登録会員様、登録されていないお客様)
営業時間中、お電話にてご予約を承ります。
- ②ホームページから予約(登録会員様のみ)
TOP画面より、ご登録時の会員番号(下5桁)とパスワードでログインの上、ご予約ください。
- ③携帯電話よりご予約(登録会員様のみ)
QRコードから携帯電話専用予約サイトにアクセスいただき、ご登録時の会員番号(下5桁)とパスワードでログインの上、ご予約ください。



QRコード