



		7/18 (祝)	
10:00			
10:30			
11:00			
11:30		ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 11:00~12:00 馬場真澄	
12:00			
12:30			
13:00		ハタ ヲインヨガ II Beaura Style 12:45~13:45 赤沼直美	
13:30			
14:00			
14:30			
15:00		アシュタンガ-ヨガ ハーフ ライマリ 14:30~16:00 つぐみ	
15:30			
16:00			
16:30			
17:00		ハタ ヲインヨガ I Beaura Style 16:30~17:30 謙(ゆずる)	<b>Studio Beaura Daikanyama</b> 03-5459-5751
17:30			
18:00			<b>【営業時間】</b> 平日 10:00~22:00 土曜 10:00~最終レッスン終了後 日祝 11:00~最終レッスン終了後 定休 毎月20日
18:30			
19:00			

## INFORMATION

★・★ ヨガスクール・イベントレッスン★・★ 通常月会費・チケットでご参加いただけます。1回だけの参加もOK! (要予約)

日程	開催時間	内容	担当講師
7/ 2 (土)	17:00~18:15	呼吸と自分に向き合うハタヨガ I	吉橋 扶美子
7/ 9 (土)	17:00~18:15	呼吸と自分に向き合うハタヨガ I	馬場 真澄
7/23 (土)	17:00~18:30	足関節のバランスを整えるコンディショニング+ハタヨガ I	沖田 裕子
7/30 (土)	17:00~18:30	リンパマッサージ+ハタヨガ I	沖田 裕子
8/ 6 (土)	17:00~18:30	考え方の癖とカラダに及ぼす影響+ハタヨガ I	沖田 裕子

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