

UNDER THE LIGHT YOGA SCHOOL 2020 April

【休館日】 4/8(水)、4/17(金)~20(月) ※4/23(木)は新月ですが営業します。

【月に一度のレギュラークラス】

4月2日 18:50-20:10	『Hatha 初級』第1木曜 内山理名 ※4月は休講
4月9日 18:50-20:10	『メディカルヨガ』第2木曜 鈴木陽子
4月11日 9:20-10:40	『Meditation&Pranayama』月1土曜 楠原裕史
4月11日 11:00-12:20	『Hatha』月1土曜 カウ
4月11日 14:20-15:40	『女性のためのYOGA』月1土曜 仁平美香
4月12日 11:30-13:30	『がんサバイバーのためのヨガ』第1日曜 ムラヤマ美智子 ※4月は第2日曜開催
4月13日 10:20-11:40	『呼吸法と瞑想』第2月曜 平野久仁子
4月13日 14:20-15:40	『がんフレンズヨガ』第3月曜 中里貴子 ※4月は第2月曜開催
4月16日 18:50-20:10	『Ishta Mix』第3木曜 野沢和香
4月27日 10:20-11:40	『YinYoga』第4月曜 YUUKA
4月28日 11:20-13:20	『アーサナ塾』第4火曜 中村尚人

【代講】

4月1日 WEDNESDAY	12:20-13:40	マライア	→ 浦智子	Hatha
4月1日 WEDNESDAY	18:30-19:50	Yulia	→ 柏原多嘉子	Hatha Flow
4月10日 FRIDAY	16:30-17:50	鈴木修一郎	→ 近藤真由美	古典ヨガ
4月14日 TUESDAY	12:40-14:00	出口真喜子	→ 柏原多嘉子	Hatha Flow
4月15日 WEDNESDAY	18:30-19:50	Yulia	→ 柏原多嘉子	Hatha Flow
4月28日 TUESDAY	18:50-20:10	赤沼直美	→ 出口真喜子	Hatha Flow
4月29日 WEDNESDAY	12:20-13:40	マライア	→ 浦智子	Hatha
4月29日 WEDNESDAY	17:00-18:20	HIKARU	→ 浦智子	Hatha

【時間枠変更のあるクラス】

Hatha for meditation / HIKARU	水曜 16:30-17:50 3F→ 17:00-18:20 5F
Yin & Yang / 沢りえ	水曜 17:00-18:20 5F→16:30-17:50 3F ※Yin Yogaに変更
AshtangaBasic / 濱田麻矢	水曜 16:50-18:10 4F→火曜 12:20-13:40 4F ※アーサナ塾開催時は休講

【休講】

4月1日 WEDNESDAY	18:50~20:10	仁平美香
4月2日 THURSDAY	18:50-20:10	内山理名
4月7日 TUESDAY	12:20~13:40	濱田麻矢
4月14日 TUESDAY	12:20~13:40	濱田麻矢
4月28日 TUESDAY	10:20-11:40	松村憲
4月28日 TUESDAY	12:20~13:40	濱田麻矢

【Charity休講】 4月はありません。