

AOI ヨガ教室 日程

◎レッスン時間

ベリーフィット（八幡先生） 11 : 00 ~ 12 : 10（70分）

ハタヨガ（本間先生） 11 : 00 ~ 12 : 15（75分）

◎カレンダー

1月（月7, 21, 28）

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2月（月7, 21, 28）

	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

1/ 7 : ハタヨガ（本間先生）

1/21 : ベリーフィット（八幡先生）

**1月最後の日も八幡先生、本間先生
合同によるベリーフィット&ハタヨガ！！**

1/28 : ベリーフィット&ハタヨガ

**2月最初の日も八幡先生、本間先生
合同によるベリーフィット&ハタヨガ！！**

2/4 : ベリーフィット&ハタヨガ

2/18 : ハタヨガ（本間先生）

2/25 : ベリーフィット（八幡先生）