

月 (第1・3)	水	金	土	日
10:30-11:30 リラックス ヨガ	19:45-21:00 バクティフロー ヨガ	11:00-12:00 やさしいヨガ (お子様連れOK)	13:30-14:30 やさしいヨガ	14:00-15:15 アクティブ フロー