

6月レッスン予定表

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日		
8:00									
8:40	アシュタンガ			アシュタンガ	アシュタンガ	アシュタンガ レッド	アシュタンガ レッド		
9:00	マイソール	アライメントヨガ ★ English Available		マイソール	マイソール	★★★	★★★		
9:30	Karin	MAKI		Karin	Karin	Karin	Karin		
10:00									
10:30	骨盤調整/おしりほくし ★			やさしいアシュタンガ ★★	ヨガニドラ/リラックス ★	ストレッチヨガ ★	リンパマッサージ ★ 風音 (かのん)		
11:00	Karin	CAFE TIME	OPO TIME	Karin	風音 (かのん)	Karin	ストレッチヨガ ★ Karin		
11:30									
12:00						ストレッチヨガ ★	ベーシック ★★	CAFE TIME	6/7 担当 風音 6/14・28 担当 Karin
12:30						Karin	風音 (かのん)		
13:00									
13:30									
14:00									
14:30									
15:00									
15:30	NEW								
16:00	ヨガ/ピラティス ★			アライメントヨガ ★ English Available					
16:30	Astuko			MAKI					
17:00	NEW								
17:30	ヨガ/ピラティス ★★	アライメントヨガ★★ English Available	陰ヨガ ★	アライメントヨガ★★ English Available	月礼拝 ★★				
18:00	Astuko	MAKI	風音 (かのん)	MAKI	Karin				
18:30									
19:00	ヨガニドラ/リラックス ★	リストラティブ ★	ベーシック ★★	陰ヨガ ★	リストラティブ ★				
19:30	風音 (かのん)	Karin	風音 (かのん)	風音 (かのん)	Karin				
20:00									
20:30									
21:00									

6/7
担当 風音
6/14・28
担当 Karin

6/21 イベント!
国際ヨガデー
108回太陽礼拝
※途中入退室可能
お気軽にご参加ください

< 6月のあれこれ >

📍 代行のお知らせ

6/26 (金)
■ 10:30-11:30
■ 12:00-13:00
担当 Karin

📍 NEW クラスのお知らせ

毎週 (月)
16:00-17:00 ヨガ/ピラティス ★
17:30-18:30 ヨガ/ピラティス ★★
担当 Astuko

📍 クラス変更のお知らせ

アライメントヨガ★・★★のクラスが
毎週 (水) → 毎週 (木) に変更
時間も変更となります
16:00-17:00 ヨガ/ピラティス ★
17:30-18:30 ヨガ/ピラティス ★★



ココロとカラダを整える
～人生が変わるヨガスタジオ～

6/29 (月)
■ 19:00-20:00
担当 Karin

📍 クラス変更のお知らせ
陰ヨガ/ベーシックのクラスが
毎週 (木) → 毎週 (水) に変更
17:30-18:30 陰ヨガ ★
19:00-20:00 ベーシック ★★

📍 休講のお知らせ
■ 6/7 (日)
8:40-10:00 休講
アシュタンガレッド
📍 月の満ち欠け
新月 🌑 6/15 (月)
満月 🌕 6/30 (火)

《事前予約制》
レッスン1時間前までにご予約お願いします
ご予約はWeb、LINE、お電話にて📞
Webサイト: 下記URL
<https://www.rin-yoga.com>
LINE: 左記QRコードにてお友達追加後、
お気軽にお問い合わせ、メッセージください