

# 2017年2月・3月 レッスンスケジュール

## 2月

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝10時～				○	○	○	○
昼14時～				○	マタ   個別	/	○
夜19時～				○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	5	6	7	8	9	10	11
朝10時～	○	○	/	○	○	○	○
昼14時～	/	○	○	/	マタ   個別	/	○
夜19時～	/	/	/	○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	12	13	14	15	16	17	18
朝10時～	○	○	個	○	○	○	○
昼14時～	/	○	○	○	マタ   個別	/	○
夜19時～	/	/	/	○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	19	20	21	22	23	24	25
朝10時～	休	○	/	○	○	○	○
昼14時～	/	○	○	/	マタ   個別	/	○
夜19時～	/	/	/	○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	26	27	28				
朝10時～	○	○	個	○			
昼14時～	/	○	○				
夜19時～	/	/	/				

## 3月

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝10時～				○	○	○	○
昼14時～				○	マタ   個別	/	○
夜19時～				○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	5	6	7	8	9	10	11
朝10時～	○	○	/	○	○	○	○
昼14時～	/	○	○	/	マタ   個別	/	○
夜19時～	/	/	/	○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	12	13	14	15	16	17	18
朝10時～	○	○	個	○	○	○	○
昼14時～	/	○	○	○	マタ   個別	/	○
夜19時～	/	/	/	○	○	/	○ <sub>16時</sub>
	19	20	21	22	23	24	25
朝10時～	○	休   休	○	休	休	休	○
昼14時～	/	休	○	/	休   休	/	○
夜19時～	/	/	/	○	休	/	○ <sub>16時</sub>
	26	27	28	29	30	31	
朝10時～	休	○	個	○	○	○	
昼14時～	/	○	○	/	マタ   個別	/	
夜19時～	/	/	/	休	○	/	

○: ヨーガ・セラピー …どなたでも安心してご参加いただけるクラスです。

マタ: マタニティ…ヨーガ…妊婦さん向けプログラムですが、一般の方もご参加いただけます(女性のみ)

個別: 個別セラピー …詳しくはお問い合わせください。

ヨーガスタジオ・チャンドラ / 西宮ヨーガ療法研究センター

★お問い合わせ [info@chandra.jp](mailto:info@chandra.jp) 0798-20-2876 <http://www.studio-chandra.jp/>

