

2017年4月・5月 レッスンスケジュール

4月

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

5月

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

○: 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 0798-20-2876 <http://www.studio->

