

2024 **9** Sep.

REGULAR CLASS SCHEDULE

manawa-house.com



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						1 11:00 ヴィンヤサ Level1★
2 CLOSED	3 18:30 アナ骨® Level1★	4 11:00 パーソナルセッション 予約制 13:30 パーソナルセッション 予約制	5 11:00 ヘッドショルダーセラピスト 養成コース 初級科 25期 Day 2	6 11:00 アナ骨® Level2 20:30 アナ骨® Level0★	7 10:00 ベーシック★ 17:30 アドバンス	8 11:00 アナトミック骨盤ヨガ® &リカバリー..120min
9 CLOSED	10 18:30 アナ骨® Level1★	11 11:00 パーソナルセッション 予約制 13:30 パーソナルセッション 予約制	12 18:30 ヴィンヤサ Level2	13 11:00 アナ骨® Level2 20:30 アナ骨® Level0★	14 10:00 ベーシック★ 17:30 アドバンス	15 11:00 ヴィンヤサ Level1★
16 CLOSED	17 18:30 アナ骨® Level1★	18 11:00 パーソナルセッション 予約制 13:30 パーソナルセッション 予約制	19 CLOSED	20 11:00 アナ骨® Level2 20:30 アナ骨® Level0★	21 10:00 ベーシック★ 18:30 アナトミックヨガLevel1 講師 内田かつのり	22 CLOSED
23 CLOSED	24 18:30 アナ骨® Level1★	25 11:00 パーソナルセッション 予約制 13:30 パーソナルセッション 予約制	26 18:30 ヴィンヤサ Level2	27 11:00 アナ骨® Level2 20:30 アナ骨® Level0★	28 11:00 ヘッドショルダーセラピスト 養成コース 専攻科 24期 Day 2	29 11:00 ヴィンヤサ Level1★
30 CLOSED	<p>★マークは初めての方向け 『ハタヨガの真髄』を基準としています。 強度はすべて強めです。 (リカバリーを除く) ドアオープンはクラス開始の30分前です。</p>		<p>レギュラー-90分クラス チケット1回分</p> <p>レギュラー-120分クラス チケット1回分</p> <p>ワークショップ 要予約・チケット不可</p>	<p>Home Page</p>	<p>Instagram</p>	<p>Reservation</p>