

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
1 13:30-14:45 陰ヨガ<ピキナ>渡邊香織 15:15-16:30 マインドフルネス* 渡辺純子	2 10:30-11:45 陰ヨガ 渡辺純子	3	4 13:30-14:45 陰ヨガ<アバソ>望月玉樹	5 19:00-20:15 陰ヨガ 渡辺純子	6 ★	7 8:50-10:05 マインドフルネス* 渡辺純子 10:30-11:45 陰ヨガ 渡辺純子
8 13:30-14:45 陰ヨガ<ピキナ>渡邊香織 15:15-16:30 陰陽ヨガ 渡辺純子	9 ★ 10:30-11:45 陰ヨガ 渡邊香織	10 ★	11 10:30-11:30 陰マタニティ 渡辺純子 13:30-14:45 陰ヨガ<アバソ>望月 15:15-16:30 マインドフルネス* 渡辺純子	12 ★ 19:00-20:15 陰ヨガ 望月玉樹	13	14
15 13:30-14:45 陰ヨガ<ピキナ>渡邊香織	16	17	18 13:30-14:45 陰ヨガ<アバソ>望月玉樹	19 19:00-20:15 陰ヨガ 望月玉樹	20	21
22 13:30-14:45 陰ヨガ<ピキナ>渡邊香織	23	24	25 13:30-14:45 陰ヨガ<アバソ>望月玉樹	26 19:00-20:15 陰ヨガ 望月玉樹	27 ★	28 ★ 10:30-11:45 陰ヨガ 渡辺純子
29 13:30-14:45 陰ヨガ<ピキナ>渡邊香織 15:15-16:30 陰陽ヨガ 渡辺純子	30 ★ 10:30-11:45 陰ヨガ 渡邊香織	31				

*マインドフルネス＝「マインドフルネス・メディテーション」

★ 10/6・9・10・30 東京「女性のための陰ヨガとアロマセラピー講座《陰の季節編》」渡辺純子・渡邊香織 10/12 東京「基本マスター講座」望月玉樹 10/27 名古屋 10/28 東京「ジュノスタイルのヨガ講座 陰陽ヨガ」渡辺純子

www.junostyle.jp

ご予約: yoga@junostyle.jp
 ①お名前 ②ご連絡先 ③ご希望日時 & クラス名をご記入ください。

スタジオ: JUNOSTYLE
 〒104-0032 東京都中央区
 八丁堀 4-10-8 第3SSビル302

