

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
藤沢本町			07:00-08:00 スリヤナマスカーラ AYAKO			07:00-08:00 スリヤナマスカーラ	
	10:00-11:15 ビギナーフロー ASAMI/AYAKO	10:00-11:15 ビギナーフロー MISA	10:00-11:00 ハタヨガ基礎 MASAMI(田中)	10:00-11:15 シニアヨガ MAMI	10:00-11:00 セラピー MAMI	10:30-11:45 ハタヨガ基礎 MAMI	
	11:30-12:45 アサナを練習しよう Mami	11:30-12:45 ハタヨガ基礎 MAHO	11:15-12:30 セラピーフロー MASAMI(田中)	11:30-12:45 ハタヨガフロー MAMI	11:15-12:30 ハタヨガフロー MAMI	14:00-15:30 ハタヨガ基礎 ダスキン藤沢 Mami (月2回)	
		18:00-18:50 キッズヨガ MASAMI(田中)					
		19:15-20:30 ハタヨガ基礎 MASAMI(田中)		19:15-20:30 ハタヨガ基礎 MAMI			
茅ヶ崎			19:15-20:30 ハタヨガ基礎 MAMI@茅ヶ崎 (月4回)				
辻堂	13:30-15:30 海浜公園職員ヨガ MAMI (不定期月1回 第3週)						09:30-10:30 リフレッシュヨガ (月1回第2週)¥500 @辻堂海浜公園
千葉					19:00-20:00 ハタヨガ基礎 MAMI @千葉(月1回)		