

# 2020 9 September

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1 10:00 - 11:30 陰ヨガ	2 ○満月 10:00 - 11:30 リラックス	3	4 10:00 - 11:30 リラックス	5 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30 マインドフルネス瞑想	6
7	8 10:00 - 11:30 リラックス	9 10:00 - 11:30 陰ヨガ	10	11 10:00 - 11:30 陰ヨガ	12 10:00 - 11:30 リラックス	13
14	15	16	17 ●新月	18	19	20
21 敬老の日	22 秋分の日	23 10:00 - 11:30 陰ヨガ	24 10:00 - 11:30 リラックス (追加)	25 10:00 - 11:30 リラックス 13:00 - 14:30 ヨーガ哲学 6	26 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30 ヨーガ哲学 5	27
28	29 10:00 - 11:30 陰ヨガ	30 10:00 - 11:30 リラックス	<p>● 場所 ametsuchi 大野城市雑餉隈町5-4-15-2F (Pなし) ※西鉄春日原駅(西口/東口) 徒歩2分</p>		<p>【お問合せ・ご予約】 Natua LINE ▶▶  ☎ 090-1341-8652 mail@natua-web.cor</p>	

【ヨガクラス】 ※定員4名(要予約)

1回(90分) ¥1,800 ※マットレンタル無料

- 持物 動きやすい服装(着替可)  
マスク・タオル・水分

【ヨーガ哲学・マインドフルネス瞑想クラス】 ※要予約

1回(90分) ¥1,500 哲学再受講(同じテーマ) ¥500

- 座りやすい格好でお越し下さい。

ヨーガ哲学：第5回『ヨーガのシステム』 第6回『八支ヨーガ』 Natua

