

# 2021 8 August

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
【お問合せ・ご予約】 <b>Natua LINE</b> ▶▶  ☎ 090-1341-8652 mail@natua-web.com					テーマ 『本当の私』	<b>1</b> 9:30 - 11:00 シヴァナンダ 12:30 - 14:30 ヨーガ哲学と瞑想
<b>2</b>	<b>3</b> 10:00 - 11:30 リラックス	<b>4</b>	<b>5</b> テーマ 『八支 ヨーガ』	<b>6</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ 19:30 - 21:00 ヨーガ哲学 5	<b>7</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30 ヨーガストトラ	<b>8</b> 山の日
<b>9</b> 振替休日	<b>10</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ	<b>11</b>	<b>12</b> 10:00 - 11:30 リラックス	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b> ○満月
<b>16</b>	<b>17</b> 10:00 - 11:30 リラックス	<b>18</b> ヨーガ哲学 in 熊本	<b>19</b>	<b>20</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ	<b>21</b> 10:00 - 11:30 リラックス	<b>22</b>  Ametsuchi
<b>8/31(Tue)</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ	<b>24</b> 10:00 - 11:30 陰ヨガ	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b> 10:00 - 11:30 リラックス	<b>28</b> ○満月 テーマ 『ヨーガの 世界観』	<b>29</b> 9:30 - 11:00 陰ヨガ 12:30 - 14:30 ヨーガ哲学と瞑想

●完全予約制 (定員6名)

ALL Class 1回(90分) ¥2,300

※ヨーガ哲学と瞑想(2h) ¥3,000 (再受講 ¥1,000)

●共通チケット (ご家族共有可)... 5回 (2ヶ月) ¥10,500 (@¥2,100) / 10回 (3ヶ月) ¥20,000 (@¥2,000)

※繰越サービス有

【ヨガクラス】

- 持物 動きやすい服装(着替可)  
 マスク・タオル・水分
- マットレンタル無料

【ヨーガストトラの会】

- 座りやすい格好でお越し下さい。