

# 2023 5 May

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	2 10:00 - 11:30 メディテーション	3 建国記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 ○満月	7 9:30 - 12:30 Special Class 身体を巡らす 春のアロマ陰ヨガ (3h)
8	9 10:00 - 11:30 陰ヨガ	10 10:00 - 11:30 メディテーション	11	12 10:00 - 11:30 リラククス	13	14
15	16 10:00 - 11:30 リラククス	17 10:00 - 11:30 陰ヨガ	18	19 10:00 - 11:30 陰ヨガ	20 ●新月	21
22	23 10:00 - 11:30 陰ヨガ	24 10:00 - 11:30 リラククス	25	26 10:00 - 11:30 メディテーション	27	28
29	30 10:00 - 11:30 メディテーション	31 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30 📖 ヨーガ経典を読む会			【お問合せ・ご予約】 Natua LINE ▶▶  ☎ 090-1341-8652 mail@natua-web.com	

■完全予約制 (定員6名)

ALL Class 1回(90分) ¥2,300

■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

【ヨーガ経典を読む会(ハタヨーガプラディーパーカー)・やさしい瞑想会】

※座りやすい格好でご参加下さい。