

# 2023 9 September

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				1 10:00 - 11:30 陰ヨガ	2	3
4	5 10:00 - 11:30 太陽礼拝と呼吸法	6	7	8 10:00 - 11:30 メディテーション	9	10
11	12 10:00 - 11:30 陰ヨガ	13	14	15 ○新月 10:00 - 11:30 太陽礼拝と呼吸法	16	17
18 敬老の日 9:30 - 12:30 夏の疲れを癒す アロマ陰ヨガ(3h) ¥5,500 (アロマオイル付)	19	20 10:00 - 11:30 メディテーション	21	22 10:00 - 11:30 陰ヨガ	23 秋分の日	24
25	26	27 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30  ヨーガ経典を読む会	28	29 ●満月 10:00 - 11:30 メディテーション	30	

■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。