

# 2025 2 February

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
<p>【プライベートレッスン (90分)】 ※要予約</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 実施曜日 … 火・水・金・土</li> <li>¥6,600 / ¥8,800 (2名)</li> <li>※ チケット併用可/小学生以下同伴無料</li> </ul>					1	2
3	4 10:00 - 11:30 陰ヨガ	5	6	7 10:00 - 11:30 🧘 メディテーション	8	9
10	11 建国記念日 10:00 - 11:30 シヴァナンダ	12 ●満月	13	14 10:00 - 11:30 陰ヨガ	15	16
17	18 10:00 - 11:30 陰ヨガ 13:00 - 14:30 📖 ヨーガ経典を読む会	19	20	21 10:00 - 11:30 シヴァナンダ	22	23 天皇誕生日
24 振替休日	25 10:00 - 11:30 🧘 メディテーション	26	27	28 ○新月 10:00 - 11:30 陰ヨガ	<p>【お問合せ・ご予約】</p> <p>Natua LINE ▶▶</p> <p>☎ 090-1341-8652</p> <p>mail@natua-web.com</p> 	

## ■ 完全予約制 (定員5名)

ALL Class 1回(90分) ¥2,500 (税込) ※18歳以下、75歳以上 ¥1,500

■ 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) ※当日キャンセル → 1回消化

## 【ヨガクラス】

■ 持物 動きやすい服装 (更衣室有)

タオル・水分 ※マットご準備しております

## 【ヨーガ経典を読む会(バガヴァッドギーター)】

※ 座りやすい格好でご参加下さい。