


Schedule —September9—

SoloYOGA

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
Breatheyoga:ブリーズヨガStart!・・・ブリーズヨガとは? 呼吸の練習が多めに入ったレッスン。4つのプログラムの中では一番ゆったり 過ごせるレッスン。ちょっと疲れている時あまり動きたくない時におすすめ*				1	2	3
*ご予約方法  公式LINE @068tqzqf 〓 yu.yamada.0505@gmail.com 〓 https://so-l-yoga.com				*新規のお客様は1レッスンにつき お一人様受付(対応が難しい為) *新規の男性のお客様は日曜日が 会員様のご紹介、もしくは女性 同伴のみ受付(防犯の為)		
		P 9:00~10:00		(外出Lesson)	P 9:00~10:00	P 8:00~9:00
	9:30~10:45 C	10:30~11:45 H		9:30~10:45 B	10:30~11:45 H	9:30~10:45 H
(外出Lesson)	(外出Lesson)	(外出Lesson)		(外出Lesson)	P 13:00~14:00	
(外出Lesson)	(外出Lesson)			(外出Lesson)	14:30~15:45 H	
P 15:30~16:30		P 15:30~16:30		P 15:30~16:30	P 16:30~17:30	
P 17:00~18:00	P 17:30~18:30	P 17:00~18:00		P 17:00~18:00		
P 18:30~19:30	19:00~20:15 F	18:30~19:45 H		18:30~19:45 B		
4	5	6	7	8	9	10
		P 9:00~10:00			P 9:00~10:00	P 8:00~9:00
(外出Lesson)	9:30~10:45 C	10:30~11:45 H		9:30~10:45 B	10:30~11:45 H	9:30~10:45 F
(外出Lesson)	(外出Lesson)	(外出Lesson)		(外出Lesson)	P 13:00~14:00	
(外出Lesson)	(外出Lesson)			(外出Lesson)	14:30~15:45 B	
P 15:30~16:30		P 15:30~16:30		P 15:30~16:30	P 16:30~17:30	
P 17:00~18:00	P 17:30~18:30	P 17:00~18:00		P 17:00~18:00		
P 18:30~19:30	19:00~20:15 F	18:30~19:45 H		18:30~19:45 B		
11	12	13	14	15	16	17
	S 8:00~9:00	P 9:00~10:00			P 9:00~10:00	P 8:00~9:00
(外出Lesson)	9:30~10:45 B	10:30~11:45 F		9:30~10:45 H	10:30~11:45 F	9:30~10:45 B
(外出Lesson)	(外出Lesson)	(外出Lesson)		(外出Lesson)	P 13:00~14:00	(外出Lesson)
(外出Lesson)	(外出Lesson)		14:30~15:45 B	(外出Lesson)	14:30~15:45 H	
P 15:30~16:30		P 15:30~16:30		P 15:30~16:30	P 16:30~17:30	
P 17:00~18:00		P 17:00~18:00	P 17:30~18:30	P 17:00~18:00		
P 18:30~19:30		18:30~19:45 B	19:00~20:15 F	18:30~19:45 H		
18	19	20	21	22	23	24
S 8:00~9:00		P 9:00~10:00			P 9:00~10:00	P 8:00~9:00
(外出Lesson)	9:30~10:45 H	10:30~11:45 B		9:30~10:45 F	10:30~11:45 B	9:30~10:45 C
(外出Lesson)	(外出Lesson)	(外出Lesson)		(外出Lesson)	P 13:00~14:00	(外出Lesson)
(外出Lesson)	(外出Lesson)			(外出Lesson)	14:30~15:45 F	
(外出Lesson)		P 15:30~16:30		P 15:30~16:30	P 16:30~17:30	
	P 17:30~18:30	P 17:00~18:00		P 17:00~18:00		
	19:00~20:15 B	18:30~19:45 C		18:30~19:45 F		
25	26	27	28	29	30	
	S 8:00~9:00	P 9:00~10:00			(旧大津公会堂)	*アルファベット
(外出Lesson)	9:30~10:45 F	10:30~11:45 C		9:30~10:45 H	10:30~11:45 H	H:ハタヨガ
(外出Lesson)	(外出Lesson)	(外出Lesson)		(外出Lesson)		C:コアトレヨガ
(外出Lesson)	(外出Lesson)		14:30~15:45 B	(外出Lesson)		F:フローヨガ
P 15:30~16:30		P 15:30~16:30		P 15:30~16:30		B:ブリーズヨガ
P 17:00~18:00		P 17:00~18:00	P 17:30~18:30	P 17:00~18:00		P:MyPractice
P 18:30~19:30		18:30~19:45 F	19:00~20:15 H	18:30~19:45 C		S:SelfPractice

営業時間 平日土9:00~21:00 日祝8:00~16:00

* ドアOpen・Closeレッスン15分前後