

NATURAL LIFE YOGA

9月

ご予約:090-7422-6132
メールは natural.life.yoga06@gmail.com

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1日	2日	3日
					10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
10:00~ ビギナー		10:00~ ゆり子ヨガ	10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			
11日	12日	13日	14日	15日 ●	16日	17日
10:00~ ビギナー		10:00~ ゆり子ヨガ	10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
19:00~ ヨーガのお話		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
10:00~ ビギナー		10:00~ ゆり子ヨガ LAST	10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			
25日	26日	27日	28日	29日 ○	30日	
10:00~ ビギナー			10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			

NEWS

☆クラスお休み情報☆ 9月は、お休みはありません。
10月は、1~27日まで、長期お休みさせていただきます。どうぞよろしくお願ひします。

・毎週(水)【10:00-ゆり子ヨガ】 ゆり子先生、お引越しの事情により、9/20(水)で最後となります。
約3年半の長い間、クラスを担当していただき、どうもありがとうございました。

EVENT & WORKSHOP

11日(月) 19:00~ ヨーガのお話 座学

[料金 1000円](回数券OK)

☆ 自分の傾向や性格、クセは、過去の経験の積み重ねによって、つられていきます。もし、自分の傾向はこうだと決めつけるならば、未来は限定され、可能性は閉ざされます。もし他人が決めつけたとしても、自分が変われば、可能性は無限にあります。「いつか変わるだろう、または変わるのを待つ」のも、自分の持つ悪い傾向によるものです。結局、大切なのは今なのです。」