

# 2021

# 7月

カレンダーの年

カレンダーの月

月曜日

週の最初の曜日

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28	29	30	01	02	03	04
			スタジオレンタル利用可9:00-16:00	ハタヨガ★～★★10:00-11:15 シェイプヨガ★20:00-20:45	調整ヨガ★10:00-11:00	休み
05	06	07	08	09	10	11
👉ビギナーヨガ10:00-11:15	調整ヨガ★10:00-11:00 📺オンラインヨガ12:00-13:00	シェイプ&フロー★～★★★10:00-11:15 👉ストレッチヨガ★12:00-12:45	スタジオレンタル利用可9:00-16:00	ハタヨガ★～★★10:00-11:15 夜ヨガ★～★★20:00-21:00	朝ヨガ★9:30-10:30	休み
12	13	14	15	16	17	18
👉ビギナーヨガ10:00-11:15	調整ヨガ★10:00-11:00 📺オンラインヨガ12:00-13:00 シェイプヨガ★20:00-20:45	シェイプヨガ★10:00-10:45	スタジオレンタル利用可9:00-16:00	【プチ断食】デトックスヨガ★10:00-11:00 夜ヨガ★～★★20:00-21:00	朝ヨガ★9:30-10:30	休み
19	20	21	22	23	24	25
👉ビギナーヨガ10:00-11:15	調整ヨガ★10:00-11:00	シェイプ&フロー★～★★★10:00-11:15 👉ストレッチヨガ★12:00-12:45	ビーチスマリーナ「浜名湖」SUPYOGA»①8:00-8:45②9:00-9:45※3名以上で開催	【祝日特別プログラム】パワーヨガ★★10:00-11:15 👉ストレッチヨガ★12:00-12:45 夜ヨガ★～★★20:00-21:00	朝ヨガ★9:30-10:30	休み
26	27	28	29	30	31	01
休み	調整ヨガ★10:00-11:00 📺オンラインヨガ12:00-13:00 シェイプヨガ★20:00-20:45	シェイプヨガ★10:00-10:45	ビーチスマリーナ「浜名湖」SUPYOGA»①8:00-8:45②9:00-9:45※3名以上で開催	ハタヨガ★～★★10:00-11:15 疲労回復ヨガ★20:00-21:00	ビーチスマリーナ「浜名湖」SUPYOGA»①8:00-8:45②9:00-9:45※3名以上で開催	
02	03	04	05	06	07	08