

## 2017年9月四ヶ郷スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
				1	2	3	
<div style="background-color: #ffffcc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                     お子様連れでの参加が可能なクラスです。                 </div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px;">                     運動量が多いクラス。ヨガに慣れている方が対象です。                 </div>				11:15	TAKAKO		
				リラックスヨガ			
4	5	6	7	8	9	10	
		9:45	TAKAKO	9:45	CHIHOCO		
		朝ヨガ		アドバンスフロー			
10:30				11:15	TAKAKO		
やさしい朝ヨガ		13:30	CHIHOCO	リラックスヨガ			
		肩甲骨ヨガ®					
		19:45~20:45	CHIHOCO				
		満月ヨガ・瞑想@高松 (参加費1,000円)		20:00	CHIHOCO		
				背骨メンテナンス			
11	12	13	14	15	16	17	
		9:45	TAKAKO	9:45	CHIHOCO		
		朝ヨガ		アドバンスフロー			
10:30				11:15	TAKAKO		
やさしい朝ヨガ		13:30	CHIHOCO	リラックスヨガ			
		肩甲骨ヨガ®					
						17:00 ヨガの日 イベント @ 片男波海水浴場 (参加費 無料)	
18	19	20	21	22	23	24	
		9:45	maiko	9:45	CHIHOCO		
		女性のためのヨガ		アドバンスフロー			
				11:15	TAKAKO		
				リラックスヨガ			
	20:30						
	maiko						
	リラックスヨガ						
25	26	27	28	29	30		
		9:45	maiko	9:45	CHIHOCO		
		女性のためのヨガ		アドバンスフロー			
				11:15	TAKAKO		
				リラックスヨガ			
	13:30						
	CHIHOCO						
	肩甲骨ヨガ®						
						休	
			20:00	CHIHOCO			
			背骨メンテナンス				