

10
October | 2025

対面クラス

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1 13:30-14:30 @鍊成館	2	3	4 8:00-9:00 @光蓮寺	5
6 9:30-10:30 @光蓮寺	7	8 13:30-14:30 @鍊成館	9 9:50-10:50 @光蓮寺	10	11	12
13 スポーツの日	14	15 13:30-14:30 @鍊成館	16	17	18	19
20 9:30-10:30 @光蓮寺	21	22 13:30-14:30 @鍊成館	23 9:50-10:50 @リバポ	24	25	26
27	28	29 11:00-12:15 アーユルヴェーダWS 「秋編」 @春日井	30	31		

10
October | 2025

オンラインクラス

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1	2 10:00-11:00 朝のハタ ヨガ	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13 スポーツの日	14	15	16 10:00-11:00 朝のハタ ヨガ	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27 9:30-10:30 骨盤調整 ヨガ	28	29	30	31		