

09
September | 2025

対面クラス

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1 9:30-10:30 @光蓮寺	2	3 13:30-14:30 @鍊成館	4	5	6 8:00-9:00 @光蓮寺	7
8	9	10 13:30-14:30 @鍊成館	11 9:50-10:50 @光蓮寺	12	13	14
15 敬老の日	16	17 13:30-14:30 @鍊成館	18	19	20	21
22 9:30-10:30 @光蓮寺	23 秋分の日	24	25 9:50-10:50 @リバポ	26 夜ヨガイイベント 灯りと音の瞑想 @光蓮寺	27	28
29	30 11:15-12:30 アーユルヴェーダWS @無印良品ヨシツヤ可見					

09
September | 2025

オンラインクラス

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