

10  
October | 2025

対面クラス

| Mon                          | Tue | Wed                                                          | Thu                          | Fri | Sat                                               | Sun |
|------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------|------------------------------|-----|---------------------------------------------------|-----|
|                              |     | 1<br><br>13:30-14:30<br>@錬成館                                 | 2                            | 3   | 4<br><br>8:00-9:00<br>@光蓮寺                        | 5   |
| 6<br><br>9:30-10:30<br>@光蓮寺  | 7   | 8<br><br>13:30-14:30<br>@錬成館                                 | 9<br><br>9:50-10:50<br>@光蓮寺  | 10  | 11                                                | 12  |
| 13 スポーツの日                    | 14  | 15<br><br>13:30-14:30<br>@錬成館                                | 16                           | 17  | 18 10:00/13:00<br>イベント<br>自然と遊ぶ 里山ヨガ<br>@ぎふ清流里山公園 | 19  |
| 20<br><br>9:30-10:30<br>@光蓮寺 | 21  | 22<br><br>13:30-14:30<br>@錬成館                                | 23<br><br>9:50-10:50<br>@リバポ | 24  | 25                                                | 26  |
| 27                           | 28  | 29 11:00-12:15<br>アーユルヴェーダWS<br>「はじめてのオイルケア」<br>@無印良品イーアス春日井 | 30                           | 31  |                                                   |     |

10  
October | 2025

オンラインクラス

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