



irodori YOGA schedule

H P ▷ <http://mayogini.wixsite.com/irodori-yoga>

BLOG ▷ <http://salaha.jugem.jp/>

2025年 11月

月	火	水	木	金	土	日
					1 10:10-10:55 ハタヨガ フィットネスクラブ	2
3	4 9:30-11:00 出張ヨガ カフェ 13:50-14:50 ハタヨガ フィットネスクラブ	5 9:30-11:00 茶楽 ハタヨガ 13:00- 骨格セッション	6	7 11:00-12:30 出張ヨガ パーソナル	8 9:30-13:00 ヨーガと漢方茶で からだケアVol.7	9
10 10:00-11:00 ハタヨガ フィットネスクラブ 13:00- 骨格セッション 20:00-20:50 オンラインヨガ	11 10:30-12:00 やさしいハタヨガ ブーケ 13:50-14:50 ハタヨガ フィットネスクラブ	12 13:00- 骨格セッション 19:30-20:30 ハタヨガ フィットネスクラブ	13 10:30-12:00 シヴァナンダヨガ ブーケ	14 10:00- 骨格セッション	15 10:00-11:30 出張イベント 老蘇町づくり協議会 14:00- 骨格セッション	16
17 10:00-11:00 ハタヨガ フィットネスクラブ 13:00- 骨格セッション 20:00-20:50 オンラインヨガ	18 9:30-11:00 出張ヨガ カフェ 13:50-14:50 ハタヨガ フィットネスクラブ	19 9:30-11:00 茶楽 ハタヨガ 13:00- 骨格セッション	20 10:30-12:00 シヴァナンダヨガ ブーケ 18:00-19:00 出張ヨガ 企業様	21 11:00-12:30 出張ヨガ パーソナル	22 10:30-12:00 からだメンテナンス ブーケ 14:00- 骨格セッション	23
24 10:00-11:00 ハタヨガ フィットネスクラブ 13:00- 骨格セッション 20:00-20:50 オンラインヨガ	25 10:30-12:00 やさしいハタヨガ ブーケ 13:50-14:50 ハタヨガ フィットネスクラブ	26 13:00- 骨格セッション 19:30-20:30 ハタヨガ フィットネスクラブ	27 10:30-12:00 からだメンテナンス ブーケ	28 11:00-12:30 出張ヨガ パーソナル 19:30-20:30 出張ヨガ 地域コミュニティ	29	30