



2月 FEBRUARY 2025



クラスの予約はその週の金曜日13:00までにMAILでお問い合わせ下さい。
bravo.ryoko@gmail.com

●new moon 新月START⇒身体の『浄化』『解毒』に最適！新しい事をスタートするのも良い！

○full moon 満月ACCOMPLISH⇒身体が何でも吸収し易く、太り易い。胸の中の思いが満ち溢れ、感情的・衝動的になり易い。



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 魚座♰ くるぶしから下 YOGA's anatomy
2 Men's yoga 15:00~16:30 節分	3 立春大吉	4	5 ○first quarter	6	7	8 蟹座♏ 肺から胆嚢 自分を変える教室
9	10	11 建国記念日	12 ○full moon	13	14	15 天秤座♎ 腰・腎臓・膀胱 YOGA's anatomy
16 マインドフルネス 10時～	17	18 雨水	19	20	21 ○last quarter	22 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
23 ゆるクラ 14:30~16:30 天皇誕生日	24	25	26	27	28 ●new moon	

3月 MARCH 2025



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 牡羊座♈ 頭頂部から鼻 YOGA's anatomy
2 Men's yoga 15:00~16:30	4	4	5 啓蟄	6	7 ○first quarter	8 蟹座♏ 肺から胆嚢 自分を変える教室
9	10	11	12	13	14 ○full moon	15 天秤座♎ 腰・腎臓・膀胱 YOGA's anatomy
16 マインドフルネス 10時～	17	18	19	20 春分の日	21 ○last quarter	22 心理とヨガ 自分を変える教室
23/30 ゆるクラ 14:30~16:30	24/31	25	26	27	28	29 牡羊座♈ 自分を変える教室 ●new moon