



4月 APRIL 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にも良い！

○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	2	3	4	5 蟹座♏ YOGA's anatomy first quarter
6 Men's yoga 15:00~16:30	7	8	9	10	11 清明	12 天秤座♎ 腰・腎臓・膀胱 自分を変える教室
13 full moon	14	15	16	17 春土用入り~	18	19 山羊座♈ 膝・皮膚・骨 YOGA's anatomy
20 マインドフルネス 10時~ 穀雨	21 last quarter	22	23	24	25	26 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
27 ゆるクラ 14:30~16:30	28 new moon	29	30			



5月 MAY 2025



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3 獅子座♌ 血液循環と心臓 YOGA's anatomy
4 Men's yoga 15:00~16:30 first quarter	5 立夏	6	7	8	9	10 天秤座♎ 腰・腎臓・膀胱 自分を変える教室
11	12	13 full moon	14	15	16	17 山羊座♈ 膝・皮膚・骨 YOGA's anatomy
18 マインドフルネス 10時~	19	20 last quarter	21 小満	22	23	24 心理とヨガ 自分を変える教室
25 ゆるクラ 14:30~16:30	26	27 new moon	28	29	30	31 獅子座♌ 血液循環と心臓