



8月 AUGUST 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	2 蠍座♏ 生殖器・尿路 YOGA's anatomy
3 Men's yoga 15:00~16:30	4	5	6	7	first quarter	9 水瓶座♒ 自分を変える教室 full moon
10	11 山の日	12	13	14 立秋 YOGA's anatomy	15	16 牡牛座♉ YOGA's anatomy last quarter
17 マインドフルネス 10時～	18	19	20	21 YOGA's anatomy	22	23 心理とヨガ 自分を変える教室 new moon
24/31 ゆるクラ 14:30~16:30	25	26	27	28	29	30 yogaお休み

9月 SEPTEMBER 2025



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6 水瓶座♒ 下腿(膝～足首) YOGA's anatomy
7 Men's yoga 15:00~16:30 白露	8 full moon	9	10	11	12	13 双子座♊ 肩・腕・手 自分を変える教室
14 last quarter	15 敬老の日	16	17	18	19	20 蠍座♏ 生殖器・尿路 YOGA's anatomy
21 マインドフルネス 10時～	22 new moon	23 秋分の日	24	25 YOGA's anatomy	26	27 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
28 ゆるクラ 14:30~16:30	29	30				