



2月 FEBRUARY 2026



クラスの予約はその週の金曜日13:00までにメール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 Men's yoga 15:00~16:30	2 ○full moon	3  節分	4 立春大吉	5	6	7 天秤座♎ 腰・腎臓・膀胱 YOGA's anatomy
8	9 ○last quarter	10	11  建国記念日	12	13	14 山羊座♈ 膝・皮膚・骨 自分を変える教室
15 マインドフルネス 10時～	16	17	18	19 雨水	20	21 牡羊座♈ 頭頂部から鼻 YOGA's anatomy
22 ゆるクラ 14:30~16:30	23 天皇誕生日	24 ○first quarter	25	26	27	28 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室

3月 March 2026

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 Men's yoga 15:00~16:30	2	3 ○full moon	4  啓蟄	5	6	7 蠍座♏ 生殖器・尿路 YOGA's anatomy
8	9	10	11 ○last quarter	12	13	14 山羊座♈ 膝・皮膚・骨 自分を変える教室
15 マインドフルネス 10時～	16	17	18	19 ●new moon	20  春分の日	21 牡牛座♉ 顎から首 YOGA's anatomy
22 ゆるクラ 14:30~16:30	23	24	25  ○first quarter	26	27	28 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
29	30	31				

Oase TEL/FAX 0466-23-0281

HP <http://oase.life.coocan.jp/>