

6月 JUNE 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	2	3	4	5 	6 水瓶座♒ YOGA's anatomy 芒種
7 Men's yoga 15:00~16:30	8 ○last quarter	9	10	11	12	13 yogaお休み
14	15 ●new moon	16	17	18	19	20 乙女座♍ 消化器官 YOGA's anatomy
21 夏至	22 ○first quarter	23	24	25 	26	27 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
28 マインドフルネス ゆるクラ14:30~	29	30 ○full moon				

7月 JULY 2026



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4 魚座♈ くるぶしから下 YOGA's anatomy
5 Men's yoga 15:00~16:30	6	7  小暑	8 ○last quarter	9	10	11 双子座♊ 肩・腕・手 自分を変える教室
12	13	14 ●new moon	15	16	17	18 乙女座♍ 消化器官 YOGA's anatomy
19 マインドフルネス 10時~	20 夏土用入り~	21 ○first quarter	22	23	24	25 心理とヨガ 14:30-16:30 自分を変える教室
26 ゆるクラ 14:30~16:30	27	28	29 ○full moon	30	31	