

Studio monk 2020 JANUARY Schedule

	mon		tue		wed		thu		fri		sat		sun
				1		2		3		4		5	
6		7	9:00-10:15 Morning yoga Kei 11:00-12:00 Pilates beginner Megumi	8	11:00-12:00 Pilates intermediate Megumi	9	11:00-12:15 Yoga for relaxation Ena 13:00-14:15 Gentle flow (Bilingual) Ao	10		11	9:00-10:15 Morning yoga Kei	12	9:00-10:15 Morning yoga Ryo 10:45-11:45 Pilates beginner & intermediate Megumi
13	10:00-11:00 Pilates beginner Megumi 11:30-12:30 Pilates intermediate Megumi	14	9:30-10:30 産後のPilates Megumi	15	9:30-10:30 Morning flow yoga Ena	16	11:00-12:15 Yoga for relaxation Ena 13:00-14:15 Gentle flow (Bilingual) Ao	17	9:00-10:00 Morning flow yoga Kei 10:30-11:45 Relaxation for yourself Kei	18	9:00-10:15 Morning yoga Kei	19	9:00-10:15 Morning yoga Ryo 18:00-19:15 yoga & meditation Ao
20	10:00-11:00 Pilates beginner Megumi 11:30-12:30 Pilates intermediate Megumi	21	9:30-10:30 Yoga for mama Ena 11:00-12:15 Yoga basic Ena	22	9:30-10:30 Morning flow yoga Ena	23	11:00-12:15 Yoga for relaxation Ena 13:00-14:15 Gentle flow (Bilingual) Ao	24	9:00-10:00 Morning flow yoga Kei 10:30-11:45 Relaxation for yourself Kei	25	9:00-10:15 Morning yoga Kei	26	9:00-10:15 Morning yoga Ryo
27		28	11:00-12:15 Yoga basic Ena	29	9:30-10:30 Morning flow yoga Ena	30	11:00-12:15 Yoga for relaxation Ena 13:00-14:15 Gentle flow (Bilingual) Ao	31					

あけましておめでとうございます！

本年もStudio monkをどうぞよろしくお願いいたします。

年始は7日よりクラススタートとなります。お持ちのチケットは8日間延長していただけます。

Studio monk

606-8404 京都市左京区浄土寺下南田町147 monk2F

contact: hellostudiomonk@gmail.com

HP: <https://www.studio-monk.com>

予約制のため、前日21時までにご連絡ください。既にクラス開催決定している場合、直前のご予約も可能です。

クラス内容などお気軽にお問い合わせください。

クラスの休講、変更、追加等の更新がある場合がございます。更新はSNSにてご確認ください。

次月のスケジュールは毎月20日に更新いたします。