

# Studiomonk Online Session

## DECEMBER 2022

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
			1 5:40-6:00 Morning meditation (Ena)	2	3 8:00-8:30 Pilates (KEI)	4 6:30-7:00 Morning yoga (Ena)  20:00-20:30 Yoga&Meditation (Ena)
5	6 14:00-14:30 Yoga for recharge (Ena)	7 6:30-7:00 Morning yoga (RYO)	8 5:40-6:00 Morning meditation (Ena)	9 9:30-10:00 Meditation (KEI)	10 8:00-8:30 Pilates (KEI)	11 6:30-7:00 Morning yoga (Ena)
12	13 14:00-14:30 Yoga for recharge (Ena)	14	15 5:40-6:00 Morning meditation (Ena)	16	17 8:00-8:30 Pilates (KEI)	18 6:30-7:00 Morning yoga (Ena)  20:00-20:30 Yoga&Meditation (Ena)
19	20 14:00-14:30 Yoga for recharge (Ena)	21	22 5:40-6:00 Morning meditation (Ena)	23 9:30-10:00 Meditation (KEI)	24 8:00-8:30 Pilates (KEI)	25 6:30-7:00 Morning yoga (Ena)
26	27 14:00-14:30 Yoga for recharge (Ena)	28	29	30 10:30-11:00 わたしを愛する ヨガと瞑想 (TOMOKO)	31	

zoom を使用して開催します。5分前より入室していただけます。

チケット購入の際の返信メールに記載されている ID、PW にてジョインしてください。

アンリミテッドパス、ドロップインでチケットをご購入された方はアーカイブされたセッションを1週間ご視聴いただけます。

リンクはセッション後、ご登録のメール宛てにお届けいたします。