

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday 1/2
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘 報名連結 							
							Themed Yoga 主題瑜珈 (主題: 下犬式) 12:30-13:30
							Gentle Stretch 靜態伸展 13:30-14:30

	Monday 2/2	Tuesday 3/2	Wednesday 4/2	Thursday 5/2	Friday 6/2	Saturday 7/2	Sunday 8/2
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘 報名連結 			Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00				
			Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 11:20-12:20			Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 11:00-12:00	
						Beginner Yoga 初級瑜珈 12:00-13:00	Themed Yoga 主題瑜珈 (主題: 平衡動作) 12:30-13:30
		Shoulder Stretch 肩膊伸展 14:00-15:00				Animal Flow 13:30-14:30	Gentle Stretch 靜態伸展 13:30-14:30
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 17:00-18:00			
	Gentle Stretch 靜態伸展 18:30-19:30				Private Class 18:30-19:30		
	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:35-20:35	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Private Class 19:00-20:00	Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 19:35-20:35		
			自由預約 20:35-21:35 (需WhatsApp 聯絡預約)	Hip Stretch 髖關節伸展 20:15-21:15	Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 20:35-21:35		

	Monday 9/2	Tuesday 10/2	Wednesday 11/2	Thursday 12/2	Friday 13/2	Saturday 14/2	Sunday 15/2
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘 報名連結 			Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00				
			Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 11:20-12:20			Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 11:00-12:00	
						Beginner Yoga 初級瑜珈 12:00-13:00	Themed Yoga 主題瑜珈 (主題: 大字馬) 12:30-13:30
		Hip Stretch 髖關節伸展 14:00-15:00				Animal Flow 13:30-14:30	Gentle Stretch 靜態伸展 13:30-14:30
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 17:00-18:00			
	Gentle Stretch 靜態伸展 18:30-19:30				Private Class 18:30-19:30		
	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:35-20:35	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Private Class 19:00-20:00	Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 19:35-20:35		
		Aerial Yoga Lv.1 空中瑜珈Lv.1 20:35-21:35	自由預約 20:35-21:35 (需WhatsApp 聯絡預約)	Shoulder Stretch 肩膊伸展 20:15-21:15	Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 20:35-21:35		

	Monday 16/2	Tuesday 17/2	Wednesday 18/2	Thursday 19/2	Friday 20/2	Saturday 21/2	Sunday 22/2
 9579 4720 MARJARY YOGA 貓式 尖沙咀D2出口1分鐘							
							
	年三十晚	年初一	年初二	年初三	年初四	年初五	
							Themed Yoga 主題瑜珈 (主題: 後彎拱橋) 12:30-13:30
							Gentle Stretch 靜態伸展 13:30-14:30
報名連結 							

	Monday 23/2	Tuesday 24/2	Wednesday 25/2	Thursday 26/2	Friday 27/2	Saturday 28/2	
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘 報名連結 			Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00				
			Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 11:20-12:20			Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 11:00-12:00	
						Beginner Yoga 初級瑜珈 12:00-13:00	
		Hip Stretch 髖關節伸展 14:00-15:00			Private Class 16:00-17:00	Animal Flow 13:30-14:30	
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 17:00-18:00			
	Gentle Stretch 靜態伸展 18:30-19:30				Private Class 18:30-19:30		
	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:35-20:35	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Private Class 19:00-20:00	Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 19:35-20:35		
		Aerial Yoga Lv.1 空中瑜珈Lv.1 20:35-21:35	自由預約 20:35-21:35(需 WhatsApp 聯絡 預約)	Shoulder Stretch 肩膊伸展 20:15-21:15			



9579 4720

MARJARY
YOGA

貓式

尖沙咀D2出口1分鐘

上課地點：
(星號位置)



報名連結

