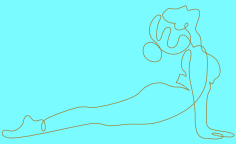


	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday 1/10	Friday 2/10	Saturday 3/10	Sunday 4/10
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘  或  代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。 報名連結 							
						Animal Flow 12:00-13:00	Hip Stretch 髖關節伸展 12:00-13:00
				Animal Flow 13:00-14:00		 Yoga Manual 瑜伽說明書 13:30-14:30	主題瑜伽班： 下犬式與變化形 13:15-14:15 
				Beginner Yoga 初級瑜珈 14:30-15:30			
					Private Class 18:30-19:30		
					Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 19:35-20:35		

	Monday 5/10	Tuesday 6/10	Wednesday 7/10	Thursday 8/10	Friday 9/10	Saturday 10/10	Sunday 11/10
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘  或  代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。 報名連結 			Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00	Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00			
						Animal Flow 12:00-13:00	Wheel Yoga Stretch 瑜珈輪伸展 12:00-13:00
						Beginner Yoga 初級瑜珈 13:30-14:30	主題瑜珈班： 大字馬練習 13:15-14:15 
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 16:00-17:00			
	Beginner Yoga 初級瑜珈 18:40-19:40				Private Class 18:30-19:30		
	Gentle Stretch 靜態伸展 19:40-20:40	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Animal Flow 19:15-20:15	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	Private Class 20:45-21:45				

	Monday 12/10	Tuesday 13/10	Wednesday 14/10	Thursday 15/10	Friday 16/10	Saturday 17/10	Sunday 18/10
 9579 4720 MARJARY YOGA 貓式 尖沙咀D2出口1分鐘 ↔ 或 ⇕ 代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。 報名連結 			Beginner Yoga ↔ Beginner Yoga 初級瑜珈 ↔ 初級瑜珈 10:00-11:00 ↔ 10:00-11:00				
						Animal Flow 12:00-13:00	Hip Stretch 髖關節伸展 12:00-13:00
						NEW Yoga Manual 瑜伽說明書 13:30-14:30	主題瑜伽班： 平衡動作 13:15-14:15 
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 16:00-17:00			
	Beginner Yoga 初級瑜珈 18:40-19:40 ⇕				Private Class 18:30-19:30		
	Gentle Stretch 靜態伸展 19:40-20:40	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Animal Flow 19:15-20:15	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	Private Class 20:45-21:45				

	Monday 19/10	Tuesday 20/10	Wednesday 21/10	Thursday 22/10	Friday 23/10	Saturday 24/10	Sunday 25/10
 9579 4720 MARJARY YOGA 貓式 尖沙咀D2出口1分鐘 ↔ 或 ⇕ 代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。 報名連結 			Beginner Yoga ↔ Beginner Yoga 初級瑜珈 ↔ 初級瑜珈 10:00-11:00 ↔ 10:00-11:00				
	Gentle Stretch 靜態伸展 11:00-12:00					 頌鉢X曼陀羅 工作坊 (需另行報名) 13:30-15:00	Gentle Stretch 靜態伸展 12:00-13:00
	Aerial Yoga Lv.1 空中瑜珈Lv.1 12:00-13:00						主題瑜伽班： 簡易後彎伸展 13:15-14:15 
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 16:00-17:00			
					Private Class 18:30-19:30		
		Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25	Animal Flow 19:15-20:15	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	Private Class 20:45-21:45				

	Monday 26/10	Tuesday 27/10	Wednesday 28/10	Thursday 29/10	Friday 30/10	Saturday 31/10	Sunday
  9579 4720  MARJARY YOGA  貓式  尖沙咀D2出口1分鐘  或  代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。							
報名連結	Beginner Yoga 初級瑜珈 18:40-19:40						
	Gentle Stretch 靜態伸展 19:40-20:40	Beginner Yoga 初級瑜珈 19:25-20:25	Animal Flow 19:25-20:25				
		Aerial Yoga Lv.1 空中瑜珈Lv.1 20:35-21:35	Private Class 20:45-21:45				



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

