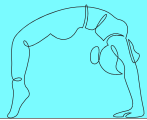
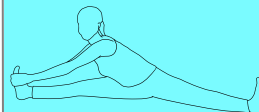


	Monday	Tuesday 1/9	Wednesday 2/9	Thursday 3/9	Friday 4/9	Saturday 5/9	Sunday 6/9
 9579 4720 MARJARY YOGA 貓式 尖沙咀D2出口1分鐘 ↔ 或 ⇅ 代表課堂時間或課題可能互動調動；視乎成班(或不成班)情況而定。前一晚會作通知。如兩班都成班，則不會改動。 報名連結 			Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00	Beginner Yoga 初級瑜珈 10:00-11:00			
						Animal Flow 12:00-13:00	Hip Stretch 髖關節伸展 12:00-13:00
						NEW Yoga Manual 瑜伽說明書 13:30-14:30	主題瑜伽班： 輪式(拱橋)後彎 13:15-14:15 
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 16:45-17:45			
					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 7/9	Tuesday 8/9	Wednesday 9/9	Thursday 10/9	Friday 11/9	Saturday 12/9	Sunday 13/9
 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 16:45-17:45			
	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	Shoulder Stretch 肩膊伸展 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 14/9	Tuesday 15/9	Wednesday 16/9	Thursday 17/9	Friday 18/9	Saturday 19/9	Sunday 20/9
  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	Back Care Yoga 腰背伸展 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 16:45-17:45			
	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 21/9	Tuesday 22/9	Wednesday 23/9	Thursday 24/9	Friday 25/9	Saturday 26/9	Sunday 27/9
  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	Gentle Stretch 靜態伸展 12:00-13:00
						Beginner Yoga 初級瑜珈 13:30-14:30	主題瑜珈班： 前彎練習 13:15-14:15 
				Aerial Yoga Lv.0 空中瑜珈Lv.0 16:45-17:45	中秋節 晚間課堂暫停		
	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	Shoulder Stretch 肩膊伸展 19:15-20:15			
		Aerial Yoga Lv.1 空中瑜珈Lv.1 20:35-21:35	Private Class 20:45-21:45				

	Monday 28/9	Tuesday 29/9	Wednesday 30/9	Thursday	Friday	Saturday	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

