

煙波花蓮太魯閣山閣館

晨間瑜珈

8:00
/
9:00

十二月課程表						
週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
				1	2	3
				Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈
4	5	6	7	8	9	10
Miffy 基礎瑜珈	Maggie 伸展瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈
11	12	13	14	15	16	17
Miffy 基礎瑜珈	Maggie 伸展瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	TINA 晚間瑜珈	TINA 脈輪瑜珈	TINA 脈輪瑜珈
18	19	20	21	22	23	24
Miffy 基礎瑜珈	Maggie 伸展瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈
25	26	27	28	29	30	31
Miffy 基礎瑜珈	Maggie 伸展瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈	Miffy 基礎瑜珈

注意事項 |

- 煙波大飯店保留修改、終止、變更活動內容細節之權利。
- 採限量報名，請事先填妥報名表單



LAKESHORE
HOTEL
花蓮太魯閣

煙波花蓮太魯閣山閣館

晨間瑜珈

8:00
/
9:00

一月課程表						
週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
1	2	3	4	5	6	7
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
8	9	10	11	12	13	14
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
15	16	17	18	19	20	21
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	夜間頌鉢	晨間頌鉢 冥想	晨間頌鉢 冥想
22	23	24	25	26	27	28
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
29	30	31				
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈				

注意事項 |

- 煙波大飯店保留修改、終止、變更活動內容細節之權利。
- 採限量報名，請事先填妥報名表單



LAKE SHORE
HOTEL
花蓮太魯閣

煙波花蓮太魯閣山閣館

晨間瑜珈

8:00
/
9:00

二月課程表						
周一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
			1	2	3	4
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
5	6	7	8	9	10	11
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
12	13	14	15	16	17	18
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
19	20	21	22	23	24	25
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈
26	27	28	29			
基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈	基礎瑜珈			

注意事項 |

- 煙波大飯店保留修改、終止、變更活動內容細節之權利。
- 採限量報名，請事先填妥報名表單



LAKESHORE
HOTEL
花蓮太魯閣