

瑜珈課程

二月課程表

週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
						1 能量瑜珈
2 ○	3	4 立春	5	6	7	8
哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	心輪覺醒x瑜珈輪	心輪覺醒x瑜珈輪
9	10	11	12	13	14	15
能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	心輪覺醒x瑜珈輪	心輪覺醒x瑜珈輪
16 除夕	17 ● 初一	18 初二	19 初三	20 初四	21 初五	22 初六
哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	哈達瑜珈	心輪覺醒x瑜珈輪	心輪覺醒x瑜珈輪
23	24	25	26	27	28	
能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	能量瑜珈	心輪覺醒x瑜珈輪	

注意事項 |

- 晨間課程 8:00-9:00。
- 採限量報名，需事先填妥報名表單。
- 實際課程內容，依現場公告為主。
- 煙波大飯店保留修改、終止、變更活動內容細節之權利。



瑜珈課程

三月課程表						
週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
						1
						心輪覺醒x瑜珈輪
2	3 ○	4	5 驚蟄	6	7	8
舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	草地瑜珈	草地瑜珈
9	10	11	12	13	14	15
活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	草地瑜珈	草地瑜珈
16	17	18	19 ●	20 春分	21	22
舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	舒展瑜珈	草地瑜珈	草地瑜珈
23	24	25	26	27	28	29
活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	活力瑜珈	草地瑜珈	草地瑜珈
30	31					
舒展瑜珈	舒展瑜珈					

注意事項 |

- 晨間課程 8:00-9:00。
- 採限量報名，需事先填妥報名表單。
- 實際課程內容，依現場公告為主。
- 煙波大飯店保留修改、終止、變更活動內容細節之權利。

