

スタジオ・ヨギー 名古屋グローバルゲート

tel.052-589-1164

12

※土日祝は特別スケジュールです。
詳細は店頭またはホームページでご確認ください。

■ ヨガ 60分、75分
■ ピラティス 60分
■ ビューティ・ベルヴィス 60分
👤: 未経験者におすすめ

December 2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	10:30 ~ 11:45 ヨガフロー I ミサ	10:30 ~ 11:30 👤 体幹コントロール ピラティス I スマコ	10:30 ~ 11:45 👤 ヨガボディ I ケイコ	10:30 ~ 11:30 👤 ベルヴィス・ フローダンス アヤ	特別クラススケジュール 下線: ワークショップ ≪12月1日(土)≫ 10:00-11:00 <u>【説明会】</u> ピラティストレーニングコース 体験クラス付き説明会説明会 【カオリン】 13:00-15:00 <u>YIC認定者限定CE(継続教育)</u> 「魅力的なクラスを作る～テーマとクラス構成～」 【マレ】 15:30-16:30 <u>YIC認定者限定サンガ【マレ】</u> ≪12月2日(日)≫ 10:30-11:45 ヨガボディ II 【ノブ】 13:30-14:30 ヨガリラックス 【ノブ】 15:00-16:15 ヨガフロー I 【ノブ】 ≪12月24日(月祝)≫ 11:00-12:15 ヨガボディ II 【シュウ】 13:00-14:15 リストラティブヨガ【マイコ】	
11:00 ~ 12:15 👤 ヨガボディ I マイコ						
	12:15 ~ 13:15 👤 エクササイズローラー ピラティス カオリン	12:00 ~ 13:15 👤 ヨガボディ I アケミ	12:15 ~ 13:15 👤 ヨガリラックス ケイコ			
15:00 ~ 16:15 ヨガフロー I ユミコ				15:00 ~ 16:00 👤 代謝アップピラティス I レイコ		
		18:15 ~ 19:30 👤 ヨガボディ I ユウコ				
19:00 ~ 20:00 👤 ヨガリラックス シュウ	19:00 ~ 20:00 👤 ビューティ・ベルヴィス チアキ		19:00 ~ 20:00 👤 エクササイズローラー ピラティス タカヨ	19:00 ~ 20:15(7,21日) ヨガメディテーション 19:00 ~ 20:00(14,28日) ヨガニドラー 👤 ～寝たまんまヨガ マレ		
		20:00 ~ 21:00 👤 ヨガリラックス アヤ				

※天候やインストラクターの都合により、
急な代講、休講になることがあります。

※名古屋スタジオも同一料金で
ご利用いただけます。