

スタジオ・ヨギー 名古屋グローバルゲート

tel.052-589-1164

1

january 2019

※年末年始休業日：12月29日(土)～2019年1月3日(木)
 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

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	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">特別クラススケジュール</p> <p style="text-align: center;">下線：ワークショップ</p> <p><1月4日(金)> 11:00-12:00 ベルヴィス・フローダンス【アヤ】 ♡ 13:00-14:15 リストラティブヨガ【マイコ】</p> <p><1月5日(土)> 11:00-12:15 ヨガボディ I【マレ】 ♡ 13:00-14:15 ヨガメディテーション【マレ】 14:45-15:45 <u>ヨガインストラクター資格取得のための 体験クラス付きトレーニングコース説明会</u> 【マレ】</p> <p><1月6日(日)> 11:00-12:00 代謝アップピラティス I【レイコ】 ♡ 13:00-14:15 ヨガボディ I【アケミ】 ♡</p> <p><1月14日(月祝)> 11:00-12:15 ヨガフロー I【シュウ】 13:30-14:30 ヨガニドラー～寝たまんまヨガ 【ユミコ】 ♡</p> <p><1月19日(土)> 10:30-17:30 <u>ブレ・アーサナ・インテンシヴコース 1dayワークショップ【ヤスシ】</u></p> <p><1月20日(日)> 11:00-12:15 ヨガフロー I【アヤ】 13:00-14:00 エクササイズローラーピラティス 【タカヨ】 ♡</p> </div>			
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(18日) ヨガメディテーション 19:00～20:00(11,25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。