

スタジオ・ヨギー 名古屋グローバルゲート

tel. 052-589-1164

2

※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

February 2019

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 <<2月23日(土)>> 10:30-13:30 <u>ウェルカムアナトミー</u> ~解剖学を基礎から学ぶ~【マサ】 14:30-16:30 <u>ポーズのコツ【マサ】</u>	
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 (1, 15日) ヨガメディテーション 19:00 ~ 20:00 (8, 22日) ヨガニドラー 👉 ~寝たまんまヨガ マレ	※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。	
		20:00 ~ 21:00 👉 ヨガリラックス アヤ				