

スタジオ・ヨギー 名古屋グローバルゲート

tel.052-589-1164

4

April 2019

※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 (12,19,26日) アヤ	土日祝日 特別クラススケジュール 下線: ワークショップ ≪4月20日≫ 10:30-12:30 <u>アーユルヴェーダ～基礎編～【浅貝賢司】</u> 13:30-15:30 <u>アーユルヴェーダ～食事編～【浅貝賢司】</u>	
11:00 ~ 12:15 📌 ヨガボディ I マイコ				10:30 ~ 11:30 📌 ビューティ・ベルヴィス (5日) ヨウコ		
	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(5,19日) ヨガメディテーション 19:00 ~ 20:00(12,26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。	