

スタジオ・ヨギー 渋谷

tel.03-5459-1315

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ペルヴィス 60分
- ウェイクアップ 60分

5

MAY
2019

📌: 未経験者におすすめ

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (ヨガフロー I) ノリ	7:15 ~ 8:15 📌 ウェイクアップ (ヨガボディ I) キワ 1日) 休講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (ヨガフロー II) マッコ 2日) 休講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (ヨガフロー I) キワ 3日) 休講		
		5/1開催ワークショップ 10:30 ~ 12:00 【108太陽礼拝】 ~平成にありがとう、新元 号に希望を込めて~ ユキキ			10:45 ~ 12:00 ヨガボディ I 📌 11,25日) ヨガフロー I ミツコ	10:45 ~ 11:45 体幹コントロールピラ ティス II キョんシッ
11:30 ~ 12:45 ヨガフロー I 13,27日) ヨガリラックス 📌 (60分) イルリ	11:00 ~ 12:00 📌 体幹コントロールピラ ティス I サトミ 28日) 代謝アップピラ ティス I	11:00 ~ 12:15 ヨガ フロー I アヤナ 1日) 休講	11:00 ~ 12:00 📌 ビューティ・ペルヴィス 16日) 筋膜ストレッチ~ 美脚 ミワ	11:00 ~ 12:00 📌 アロマヨガ リラックス (60分) アキ 3日) 休講		
13:00 ~ 14:15 📌 ヨガボディ I ハッチ		12:30 ~ 13:30 📌 1日) アロマヨガ リラッ クス (60分) ユキキ 8,15,22,29日) ヨガ リ ラックス アヤナ	12:45 ~ 13:45 📌 体幹コントロールピラ ティス I マユ	12:45 ~ 14:00 ヨガフロー I レン 3日) 休講	12:30 ~ 13:30 📌 体幹コントロールピラティ ス I 11,25日)代謝アップピラティ ス I タケマサ 4日) 代講	12:15 ~ 13:15 📌 ヨガリラックス キコ
14:45 ~ 15:45 📌 体幹コントロールピラ ティス I ハク	14:00 ~ 15:00 📌 ヨガリラックス ノリコ 7日) 代講	14:00~15:15 アシュタンガヨガIII 8,22日) アシュタンガヨ ガII アズサ	14:15 ~ 15:30 ヨガフロー I ノリ		14:00 ~ 15:15 シヴァナンダヨガ I 11日) シヴァナンダヨガII ノリコ 25日) ヨガリラックス (60 分) (代講)	13:45 ~ 14:45 5月限定クラス 美尻ヨガ ノリ
16:30 ~ 17:45 ヨガフロー II ユカリ	15:15 ~ 16:30 シヴァナンダヨガ II 7日) ヨガボディ I (代講) 28日) ヨガメディテー ション ノリコ	16:30 ~ 17:30 📌 ビューティ・ペルヴィス 15日) ペルヴィス・フ ローダンス エツコ	15:45 ~ 17:00 ヨガボディ II ケイコ		15:45 ~ 16:45 ヨガリラックス 📌 ノリコ 25日) 15:30~16:45 シヴァナンダヨガ II	15:30 ~ 16:45 📌 ヨガボディ I ノゾミ
18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ペルヴィス エミ 13,27日) 筋膜ストレッチ~ 美脚 6日) 休講	18:45 ~ 20:00 ヨガフロー I リツコ	18:30 ~ 19:30 📌 体幹コントロールピラ ティス I マサコ 1日) 休講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティス II 16日) 代謝アップピラ ティス I 📌 イクコ 2日) 休講	19:00 ~ 20:15 ヨガフロー I ミュキ 3日) 休講		17:15 ~ 18:15 📌 アロマヨガ リラックス (60分) マリ
20:00 ~ 21:15 アロマヨガ フロー I ヤッコ 6日) 休講 20日) 代講	20:15 ~ 21:15 代謝アップピラティス II ジヒ	20:00 ~ 21:15 📌 ヨガボディ I アサミ 1日) 休講	20:00 ~ 21:00 📌 ヨガリラックス 16日) ヨガニドラー ~寝 たままヨガ マミ 2日) 休講			

※急な代講、クラス変更となる場合があります。詳細は予約フォームからご確認下さい。
※祝日は特別スケジュールとなっております。
※筋膜ストレッチのクラスは、男性、マタニティの方はご受講できません。

★お知らせ★

【渋谷スタジオ限定開催】 《新月キャンドルナイト》

開催日時: 5/5 (日) 17:15~ アロマヨガ リラックス (マリ)

【5月定休日のご案内】

5/3 (金) は定休日とさせていただきます。尚、他店利用料無料で他スタジオをご利用頂けます。