

スタジオ・ヨギー 新宿WEST

tel.03-5909-0851

👤: 未経験者におすすめ

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ベルヴィス 75分
- ウェイクアップ 60分
- ジャイロキネシス 60分
- マタニティ、ママ 60分、75分

May
2019

5

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
												9:45 ~ 11:00 ヨガフローII リカ 代講)25日	9:15 ~ 10:15 ヨガリラックス ハッチ 休講)19日
6日(祝) 特別クラス 【Aスタジオ】 12:45 ~ 14:00 はじめてのヨガ ノリ 14:30 ~ 15:30 はじめてのピラティス ノリ	11:00 ~ 12:00 6日)姿勢改善ピラティス 13・20・27日)エクササイズ エクササイズ ローラーピラティス マミ			1日(祝) 特別クラス 【Aスタジオ】 11:30 ~ 12:30 ヨガリラックス テツヒト 13:15 ~ 14:15 ベルヴィス・フローダンス マサコ 【Bスタジオ】 10:45 ~ 11:45 ジャイロキネシス ヤスヨ	10:45 ~ 11:45 体幹コントロール ピラティスI ヤスヨ 変更)1日 12:15 ~ 13:15	2日(祝) 特別クラス 【Bスタジオ】 14:00 ~ 15:00 体幹コントロール ピラティスII イクコ	10:30 ~ 11:45 ヨガボディII ミヤビ	3日(祝)・24日(金) 特別クラス 【Bスタジオ】 14:00 ~ 15:15 ヨガフローII キミ 15:30 ~ 16:30 ヨガニドラー (寝たままヨガ) キミ	11:00 ~ 12:15 ヨガフローI ヒロ 代講)3日	4日(祝) 特別クラス 【Bスタジオ】 16:00 ~ 17:00 ヨガリラックス マサト	11:15 ~ 12:15 4・11日)代謝アップピラティスI 18日)体幹コントロールピラティスII 25日)代謝アップピラティスII マミ	10:45 ~ 12:00 ヨガフローII ハッチ 休講)19日	
	12:45 ~ 13:45 ビューティ・ベルヴィス アヤコ 休講)6日	12:45 ~ 14:00 ヨガフローI アズサ	12:45 ~ 14:00 ヨガボディI テツヒト 変更)1日 10:00 ~ 11:15 Aスタジオ		12:15 ~ 13:30 ヨガボディI ケイコ 代講)30日		12:30 ~ 13:30 ヨガリラックス ヒロ 代講)3日		12:30 ~ 13:45 ヨガフローI リー 代講)18・25日		12:30 ~ 13:30 ヨガニドラー (寝たままヨガ) アキナ 代講)12日 休講)19日		
	14:15 ~ 15:15 ヨガリラックス ユカリン 代講)20・27日	14:15 ~ 15:15 体幹コントロール ピラティスI トモヒロ	14:30 ~ 15:30 体幹コントロール ピラティスII キョんシッ	30日限定クラス 14:00 ~ 15:15 ヨガボディIII ヤスシ	3日限定クラス 13:45 ~ 14:45 筋膜ストレッチ~美脚~ ミワ	3日限定クラス 15:00 ~ 16:00 ビューティ・ベルヴィス ミワ	18日限定クラス 14:30 ~ 15:30 代謝アップピラティスI ヒロコ	14:15 ~ 15:15 4日) ベルヴィス・フローダンス 11・18・25日) ビューティ・ベルヴィス ユウ 代講)全日	14:00 ~ 15:00 体幹コントロール ピラティスI ヤスヨ 休講)19日				
15:30 ~ 16:30 ヨガニドラー (寝たままヨガ) ユカリン 代講)20・27日	18:45 ~ 20:00 ヨガボディI ケイコ 休講)6日 代講)13日 ヨガフローI	18:45 ~ 20:00 8日)ヨガフローI 15日)ヨガボディII 22日)ヨガフローII 29日)ヨガメディテーション キミ	18:45 ~ 19:45 ビューティ・ベルヴィス ミワ 休講)2日					18:45 ~ 20:00 17日) ヨガフローII 10・24・31日) ヨガボディII マユミ	16:00 ~ 17:00 4・11・18日) 体幹コントロール ピラティスI 25日)はじめてのピラティス 休講)4日 代講)全日	15:30 ~ 16:45 ヨガボディII ミヤビ 休講)19日			
19:15 ~ 20:15 20日) 代謝アップピラティスI 13・27日) 代謝アップピラティスII アユミ	19:00 ~ 20:00 体幹コントロール ピラティスI キョんシッ	20:15 ~ 21:15 ヨガリラックス 代講)全日 休講)1日	期間限定クラス 19:00 ~ 20:15 アシュタンガヨガI チヒロ 休講)2日	20:15 ~ 21:30 ヨガメディテーション カコ 休講)3日	17:30 ~ 18:45 ヨガボディI ミヤビ 代講)11日	17:15 ~ 18:30 ヨガメディテーション ミヤビ 休講)19日							

<お知らせ>
5/19(日)は店休日のため終日休講となります。