

スタジオ・ヨギー 五反田

tel.03-5798-2061

7

👤: 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・ペルヴィス 60分

June 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
						9:30 ~ 10:45 ヨガフロー I アキナ
11:30 ~ 12:45 ヨガフロー II フェイ	11:30 ~ 12:30 バランスボールピラティス ヒロミ	11:30 ~ 12:30 🤝 体幹コントロールピラティス I マユ		11:15 ~ 12:15 🤝 筋膜ストレッチ ※女性限定 5日)整顔 12日)くびれ 19日)美脚 26日)ビューティ・ペルヴィス アヤコ	10:00 ~ 11:15 🤝 ヨガボディ I ユミコ	11:15 ~ 12:15 🤝 ビューティ・ペルヴィス 7日)ペルヴィス・フロー ダンス キヨコ
13:15 ~ 14:30 ヨガフロー I フェイ	13:00 ~ 14:00 🤝 2,16,30日) アロマヨガ リラックス 9,23日) ヨガリラックス アヤ	13:00 ~ 14:15 🤝 ヨガボディ I エリコ		12:45 ~ 14:00 🤝 ヨガボディ I 25日) ヨガボディ II ナナエ	11:45 ~ 12:45 🤝 ビューティ・ペルヴィス ヨウコ	13:00 ~ 14:15 🤝 ヨガボディ I レン
15:00 ~ 16:00 🤝 ビューティ・ペルヴィス サエ ※15日休講					13:15 ~ 14:30 6,20日) アロマヨガフロー I 13,27日) ヨガフロー I ヤスヨ	14:45 ~ 15:45 🤝 代謝アップピラティス I マナミ
					15:00 ~ 16:15 ヨガフロー II フェイ	16:15 ~ 17:15 🤝 ヨガリラックス ジュンコ
					17:00 ~ 18:00 🤝 体幹コントロールピラティス I ハク	
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フロー I サチ ※15日休講	18:30 ~ 19:30 🤝 体幹コントロールピラティス I マサコ	18:30 ~ 19:45 🤝 ヨガボディ I ミワ		18:30 ~ 19:30 🤝 ファン・ファン・エクササイズ (二の腕 & 背中シェイプ) 12日)代謝アップピラティス I ハク		
20:15 ~ 21:15 🤝 体幹コントロールピラティス I キョンシツ ※15日休講	20:00 ~ 21:15 🤝 ヨガボディ I 9日) メンズヨガ マサト	20:15 ~ 21:15 🤝 ボディメイク・ビューティ・ペルヴィス (二の腕 & 背中シェイプ) ニノ		20:00 ~ 21:15 ヨガフロー I マリー		

定休日

7月15日(月・祝)海の日特別スケジュール

10:00~11:15 ヨガ フロー II (フェイ)
11:45~12:45 ヨガ リラックス(フェイ)
13:15~14:30 ヨガ フロー I (フェイ)
15:00~16:00 体幹コントロールピラティス I (キョンシツ)
16:15~17:15 体幹コントロールピラティス II (キョンシツ)

期間限定クラス(7月~9月)

美しい後ろ姿は大人の品格

背中ビューティ! 背中ダンディ!

7月テーマ 二の腕&背中シェイプ

(水) 20:15~21:15

ボディメイク・ビューティ・ペルヴィス(ニノ)

(金) 18:30 ~ 19:30

ファン・ファン・エクササイズ (ハク)



下記、営業時間をご確認のうえ、お問い合わせください。

【 営業時間 】

月 11:00 ~ 16:30
18:00 ~ 21:45
火 水 11:00 ~ 15:00
18:00 ~ 21:45
金 10:45 ~ 14:30
18:00 ~ 21:45
土 9:30 ~ 18:30
日 9:00 ~ 17:45

定休日 : 木曜日

※ご予約、ご見学、各種お手続きは
上記時間内にお問い合わせください
※祝日の営業時間につきましては、
お問い合わせください