

スタジオ・ヨギー 町田

studio yoggy machida

tel.042-739-5623

※クラスについての詳しい内容は、
こちらをご覧ください。
※Check here for more information
(Japanese text only)



10

October
2019

👇: 未経験者におすすめ (for
beginner)

- ヨガ(Yoga) 60分、75分
- ピラティス (Pilates) 60分
- ビューティ・ベルヴィス (Beauty pelvis) 60分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
					9:00 ~ 10:15 5.19日) ヨガメディテーション ミュ 12.26日) フロー I ノブコ	9:00 ~ 10:15 アロマヨガ フロー I ミュ
10:45 ~ 12:00 ヨガフロー I リオ 7日) 店休日	10:45 ~ 12:00 👇 ヨガボディ I ムツミ 8日) 代講 テツヒト	10:45 ~ 11:45 👇 体幹コントロールピラティス I リエ	10:45 ~ 12:00 アロマヨガ フロー I ヒロ	10:45 ~ 11:45 👇 ヨガリラックス ノリ	10:30 ~ 11:30 👇 代謝アップピラティス I サトミ 26日) 代謝アップピラティス II	10:30 ~ 11:30 👇 ヨガリラックス リオ
12:15 ~ 13:15 👇 体幹コントロールピラティス I アヤコ 7日) 店休日 28日) 体幹コントロールピラティス II	12:15 ~ 13:15 👇 ビューティ・ベルヴィス ユウ 29日) ベルヴィス・フローダンス	12:00 ~ 13:00 👇 アロマヨガ リラックス ミュ	12:15 ~ 13:15 👇 ヨガリラックス ヒロ	12:00 ~ 13:15 ヨガフロー I アツミ	12:00 ~ 13:15 ヨガフロー II キョウコ 12日) ヨガボディ II 26日) 代講 タカコ	11:45 ~ 12:45 👇 体幹コントロールピラティス I マリ 27日) 体幹コントロールピラティス II
13:30 ~ 14:45 👇 ヨガボディ I アツミ 7日) 店休日	13:30 ~ 14:30 👇 ヨガニドラー ～寝たまんまヨガ ミュキ 1日) 代講 ルミ 15日) ヨガフロー I	13:30 ~ 14:30 👇 筋膜ストレッチ ※1 アキコ 2.23日) 整顔 9.30日) くびれ 16日) 美脚	13:30 ~ 14:30 👇 代謝アップピラティス I サトミ 10日) 代講 ミユキ 17日) 代謝アップピラティス II	13:45 ~ 14:45 👇 姿勢改善ピラティス マミ	13:30 ~ 14:30 👇 ヨガリラックス キョウコ 26日) 代講 タカコ	13:15 ~ 14:30 👇 ヨガボディ I マリ 6.20日) ヨガボディ II
15:00 ~ 16:00 👇 アロマヨガ リラックス タカコ 14日のみ開催	15:00 ~ 16:00 👇 ヨガニドラー ～寝たまんまヨガ ミュキ 15日のみ開催	<p>※10月7日(月)は、店休日となります。</p> <p>※1 筋膜ストレッチは男性、マタニティの方はご受講いただけません。</p> <p>※天候などの影響により、クラス内容やインストラクターが変更になる場合がございます。 Due to the effects of weather, class content and instructors are subject to change.</p> <p>※すべてのクラスは日本語で行われます Class will be conducted in Japanese.</p>			14:45 ~ 16:00 👇 ヨガボディ I ユキエ	15:00 ~ 16:00 👇 ビューティ・ベルヴィス マユミ
	14:45 ~ 16:00 アロマヨガ フロー I ユウコ 22日のみ開催					
	18:45 ~ 19:45 👇 ヨガリラックス 代講) シノ 22日) 休講	18:45 ~ 20:00 ヨガフロー I ノブコ	18:45 ~ 19:45 👇 体幹コントロールピラティス I マリ	18:45 ~ 19:45 👇 ビューティ・ベルヴィス マユミ		
	20:00 ~ 21:00 👇 体幹コントロールピラティス I ヒロト 22日) 休講	20:15 ~ 21:30 リストラティブヨガ マリ	20:00 ~ 21:00 👇 アロマヨガ リラックス アサミ 3日) 代講 チヒロ 31日) 代講 ノブコ	20:00 ~ 21:15 👇 ヨガボディ I ユウキ 4日) 代講 タカコ 11日) 代講 ノブコ		

----- 【 営業時間 】 -----

月	10:15 ~ 15:15
火	10:15 ~ 15:00 18:15 ~ 21:30
水	10:15 ~ 15:00
木	18:15 ~ 21:45
金	8:30 ~ 16:30
土	
日	

※ご予約、ご見学、各種お手続きは
上記営業時間内にお問い合わせください