

スタジオ・ヨギー 川崎

studio yoggy kawasaki

tel.044-245-4130

※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)



4

Apr 2020

■ ヨガ(Yoga) 60分、75分
■ ピラティス (Pilates) 60分
■ ビューティ・ペルヴィス (Beauty pelvis) 60分
■ マタニティ (Prenatal) 75分
👤: 未経験者におすすめ (for beginner)

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	10:00 ~ 11:15 ヨガフロー I マリ			10:00 ~ 11:15 シヴァナンダヨガ I ノリコ 10日 シヴァナンダヨガ II		
10:30 ~ 11:45 📌 ヨガビギナー ナナエ 13日休講	11:30 ~ 12:30 📌 ビューティ・ペルヴィス マユミ	10:30 ~ 11:30 📌 ピラティスビギナー マサコ 1日休講	10:30 ~ 11:45 ヨガフロー I マユミ 2日ヨガビギナー 📌 30日ヨガフロー II	11:30 ~ 12:30 📌 ヨガリラックス ノリコ	10:30 ~ 11:45 アロマヨガ フロー I カズエ	10:30 ~ 11:30 📌 ビューティ・ペルヴィス リエコ 5日 ペルヴィス・フローダンス
12:15 ~ 13:30 ヨガフロー I アキラ 13日休講	12:45 ~ 14:00 📌 ヨガビギナー リツコ	11:45 ~ 13:00 ヨガアライメント I アコ 29日 ヨガビギナー 1日休講	12:15 ~ 13:15 📌 ビューティ・ペルヴィス リエコ 16日 筋膜ストレッチ(くびれ)	13:00 ~ 14:00 📌 ピラティスビギナー カズエ ※4月~7月まで	12:00 ~ 13:00 📌 アロマヨガ リラックス カズエ	12:00 ~ 13:00 📌 ピラティスビギナー マコ
13:45 ~ 14:45 📌 代謝アップピラティス I タケマサ 13日休講	14:15 ~ 15:30 アロマヨガ フロー I リツコ	13:15 ~ 14:15 📌 ビューティ・ペルヴィス サエ 1日休講 29日のみ16:15~17:15	13:30 ~ 14:30 📌 ピラティスビギナー ヨリコ		13:30 ~ 14:30 📌 ビューティ・ペルヴィス マユミ	13:30 ~ 14:45 ヨガフロー I シマ
		【ワークショップ】 14:00 ~ 15:30 シヴァナンダヨガの本質を 知る〜心と身体の休息法〜 ノリコ 29日のみ開催			15:00 ~ 16:00 📌 代謝アップピラティス I ミユキ	15:15 ~ 16:15 📌 ヨガリラックス ナナエ
18:30 ~ 19:30 📌 ヨガリラックス ユウキ 13日休講	18:30 ~ 19:30 📌 ピラティスビギナー カズエ	18:30 ~ 19:45 📌 ヨガビギナー ユキ 8日 メディテーション 1日・29日休講	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I ノリ	18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ペルヴィス ミユキ	16:30 ~ 17:45 📌 ヨガビギナー ムツミ 4日(60分) ヨガニドラー	16:30 ~ 17:45 シヴァナンダヨガ I ノリコ
19:45 ~ 20:45 📌 ビューティ・ペルヴィス サエ 13日休講	19:45 ~ 21:00 📌 ヨガビギナー シマ 7日、21日(60分) アロマヨガリラックス	20:00 ~ 21:00 📌 ピラティスビギナー ヨリコ 1日・29日休講	20:00 ~ 21:00 📌 ヨガリラックス ノリ	19:45 ~ 20:45 📌 代謝アップピラティス I ミユキ 3日 はじめてのピラティス	<div>時間変更、クラス変更は太字か口枠で記されております。 お間違えがないようご注意くださいませ。</div> <div>★ 代講・休講情報の詳細は、WEB予約システムでご確認下さい。</div>	

※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.
※すべてのクラスは日本語で行われます
Class will be conducted in Japanese.