

スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート

studio yoggy Nagoya Global Gate

tel.052-589-1164



12

👤: 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) 75分

※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)

December 2020

🔄 変更あり、新設

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
					※不定期開催 詳細はwebスケジュールをご確認ください。	
		11:00 ~ 12:00 📌 ピラティスビギナー		11:00 ~ 12:00 📌 ベルヴィス・		
	11:30 ~ 12:30 📌 エクササイズローラー ピラティス シマ	スマコ	11:30 ~ 12:45 📌 ヨガビギナー ケイコ	フローダンス アヤ		
14:00 open		13:00 ~ 14:00 📌 温活ヨガ マイコ	13:15 ~ 14:30 ヨガ フロー I ケイコ	13:00 ~ 14:00 📌 アロマヨガ リラックス ユミコ		
15:00 ~ 16:15 アロマヨガ フロー I ユミコ		15:00 close		15:00 close		
18:30 ~ 19:30 📌 温活ヨガ シュウ	18:30 ~ 19:45 📌 ヨガビギナー マレ		18:30 ~ 19:30 📌 エクササイズローラー ピラティス タカヨ			

※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.

※名古屋スタジオも同一料金でご利用いただけます。