

スタジオ・ヨギー 名古屋

studio yoggy nagoya

tel.052-561-4117

※全日クラス開始の30分前より営業

※定員 ASスタジオ18名、Bスタジオ8名

- ヨガ(Yoga) 60分、75分
- ピラティス(Pilates) 60分
- ビューティ・ベルヴェイス(Beauty points) 60分
- 未経験者におすすめ (for beginner)

※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)



2
February
2021

MON TUE WED THU FRI SAT SUN

A B A B A B A B A B A B A B A B A B A B A B A B A B

▲お知らせ▲
こちらは、2021年2月のスケジュールです。
2/15(月)はスタジオ店休日で終日クラスはございません。
2/11(木祝)、23(火祝)は特別スケジュールです。ご予約の際はご注意ください。
必ずクラスご受講における注意事項をご確認の上、ご参加ください。みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

8:15 ~ 9:30 ヨガタイムメント I レイコ										8:30 ~ 9:30 代術アップピラティス I シヤ																	
11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マイコ		11:30 ~ 12:30 代術アップピラティス I レイコ		11:00 ~ 12:15 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マレ		11:30 ~ 12:30 体幹コントロール ピラティス I スマコ		11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:15 ビューティ・ベルヴェイス アヤ		11:00 ~ 12:15 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:15 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マレ		11:00 ~ 12:00 ヨガピキナー マレ		10:30 ~ 11:45 ヨガピキナー レイコ			
13:00 ~ 14:00 アロマヨガリラックス ユミコ		13:00 ~ 14:00 代術アップピラティス I レイコ		13:00 ~ 14:00 エクササイズローラー ピラティス チエコ		13:00 ~ 14:00 ピラティスピキナー スマコ		13:15 ~ 14:30 ヨガフロアー I アケミ		12:15 ~ 13:30 スタジオクロス		13:00 ~ 14:00 ピラティスピキナー レイコ		13:00 ~ 14:00 アロマヨガリラックス ユミコ		13:00 ~ 14:00 ピラティスピキナー スマコ		13:00 ~ 14:00 ピラティスピキナー スマコ		13:00 ~ 14:00 ピラティスピキナー スマコ		13:15 ~ 14:30 ヨガピキナー ユミコ		13:15 ~ 14:45 muon@studio.yoggy 【フォーカス&プリーズ】			
14:30 ~ 15:45 アロマヨガフロアー I ユミコ		15:00 ~ 16:00 ヨガピキナー トモ		15:00 ~ 16:00 ヨガピキナー トモ		15:00 ~ 16:15 ヨガピキナー アグ		14:00 ~ 15:00 ピラティスピキナー チエコ		14:45 ~ 16:00 ヨガピキナー アケミ		13:30 ~ 14:30 ヨガピキナー シュウ		13:30 ~ 14:30 ヨガピキナー シュウ		13:30 ~ 14:30 ヨガピキナー シュウ		13:30 ~ 14:30 ヨガピキナー シュウ		13:30 ~ 14:30 ヨガピキナー シュウ		14:00 ~ 14:30 muon@studio.yoggy 【マインドフルネス】					
16:00 ~ 17:45 スタジオクロス		16:45 ~ 18:00 ヨガフロアー I マサ		16:45 ~ 18:00 ヨガフロアー I マサ		16:30 ~ 17:00 muon@studio.yoggy 【スリブ&リカバリ】		15:30 ~ 18:00 スタジオクロス		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ		15:00 ~ 16:00(6.20日) ビューティ・ベルヴェイス アヤ		15:00 ~ 16:00 ピラティスピキナー シマ		15:00 ~ 16:00 ピラティスピキナー シマ		15:00 ~ 16:00 ピラティスピキナー シマ		15:00 ~ 16:00 ピラティスピキナー シマ		15:00 ~ 16:00 ピラティスピキナー シマ					
18:15 ~ 19:30 ヨガピキナー レイコ		18:30 ~ 19:45 アヌサラヨガ I マサ		18:30 ~ 19:45 アヌサラヨガ I マサ		18:30 ~ 19:45 アヌサラヨガ I マサ		18:45 ~ 19:45 ビューティ・ベルヴェイス ヨウコ		18:30 ~ 19:30 ヨガピキナー マレ		16:30 ~ 17:30(6.20日) ベルヴェイス・フロアダンス アヤ		17:00 ~ 18:00(13.27日) 体幹コントロール ピラティス I レイコ		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ		16:45 ~ 17:45 ヨガピキナー マレ			
19:30 ~ 20:30 ピラティスピキナー タカヨ		19:00 ~ 20:00 代術アップピラティス I シマ		19:00 ~ 20:00 代術アップピラティス I シマ		19:00 ~ 20:00 ピラティスピキナー チエコ		19:00 ~ 20:00 ピラティスピキナー チエコ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ		19:00 ~ 20:00 エクササイズローラー ピラティス タカヨ					
20:15 ~ 21:30 ヨガピキナー ユミコ																											

※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.

☆☆☆☆2月の特別スケジュール☆☆☆☆

11日(木祝) 建国記念の日
 10:30 ~ 11:45 ヨガフロアー I 【レイコ】 (B)
 11:00 ~ 12:00 ビューティ・ベルヴェイス 【アヤ】 (A)
 12:30 ~ 13:30 ピラティスピキナー 【タカヨ】 (A)
 13:45 ~ 14:45 エクササイズローラーピラティス 【チエコ】 (B)
 14:00 ~ 15:15 ヨガピキナー 【ユミコ】 (A)

23日(火祝) 天皇誕生日
 11:15 ~ 12:15 代術アップピラティス I 【シマ】 (A)
 11:30 ~ 12:45 アロマヨガフロアー I 【ユミコ】 (B)
 13:00 ~ 14:30 【ワークショップ】
 マインドフルネス瞑想と心にやさしいヨガ哲学 ~心を育む4つのキーワード~ 【マレ】 (A)
 15:00 ~ 16:00 ヨガピキナー 【トモ】 (A)

15:00 ~ 15:30 ヨガ資格取得説明会 (B)
 トレーニングコース担当のマレ先生が、ヨガの楽しみ方、深い方など疑問質問にお答えします。お気軽にご参加ください♪