

スタジオ・ヨギー 大宮

studio yoggy omiya

tel.048-640-7707

👤: 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
- 👤: マタニティ、ママ(Prenatal, Mama with kid) 60分、75分



february
2021

2

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	B	A	B	A	B	A
10:45 ~ 11:45 👤 温活ヨガ ヨシミ		10:45 ~ 11:45 👤 フローII リカ				9:00 ~ 10:00 👤 体幹コントロールピラティスI マイコ
	11:00 ~ 12:00 👤 ピラティスビギナー マイコ		11:00 ~ 12:00 👤 ビューティ・ベルヴィス アヤコ	11:00 ~ 12:00 👤 ヨガリラックス 25日) メディテーション カコ	10:00 ~ 11:00 👤 ビューティ・ベルヴィス ジュンコ	10:30 ~ 11:30 👤 ピラティスビギナー マイコ
12:15 ~ 13:30 👤 ヨガフローI ジジョン		(23日のみ) 12:15 ~ 13:15 👤 代謝アップピラティスII タケマサ	12:30 ~ 13:45 👤 ヨガビギナー ナナ	12:30 ~ 13:30 👤 ビューティ・ベルヴィス ユマ	11:30 ~ 12:45 👤 ヨガビギナー ジュンコ	11:15 ~ 12:15 👤 ヨガリラックス 20日) メディテーション マリコ
14:00 ~ 15:00 👤 アロマヨガ リラックス ヤッコ	13:00 ~ 14:15 👤 ヨガビギナー ミヤビ	14:15 ~ 15:15 👤 ピラティスビギナー キイ	14:00 ~ 15:15 👤 ヨガビギナー リカ	14:00 ~ 15:15 👤 ヨガビギナー リカ	13:15 ~ 14:30 👤 アロマヨガ フローI マリコ	12:15 ~ 13:30 👤 ヨガフローI ミズハ
	14:45 ~ 15:45 👤 ヨガリラックス ミヤビ	16:00 ~ 17:00 👤 ヨガリラックス シュリ			15:00 ~ 16:15 👤 ヨガフローII ナオ	15:45 ~ 16:45 👤 温活ヨガ トモ
	16:15-18:30 👤 スタジオクローズ	17:30-18:30 👤 スタジオクローズ	15:45-18:00 👤 スタジオクローズ		17:00 ~ 18:00 👤 ピラティスビギナー タケマサ	
	火、水、木曜日にスタジオクローズ時間を設けております。 ご予約、ご見学、各種お手続きは、スタジオクローズ時間外にお問い合わせください。			18:45 ~ 19:45 👤 アロマヨガ リラックス (※11日休講) エリコ		
	19:00 ~ 20:00 👤 代謝アップピラティスI 9日) ピラティスビギナー (※23日休講) タケマサ	19:30 ~ 20:45 👤 アロマヨガ フローI ヤッコ	19:00 ~ 20:00 👤 ビューティ・ベルヴィス ミワ			

定休日

2月11日(木)、23日(火)、は祝日スケジュールにより、最後のクラスが休講になります。詳しくはHPをご覧ください。

※急な代講やクラス変更、休講になる可能性があります。事前にWEBからご予約の上ご受講をお願いします。

※お客様の安全を考慮し、当面の間、「マタニティ、産後のクラス」は開催を見合わせます。あわせて、「ビューティ・ベルヴィス」への妊娠中または産後6か月未満の方のご参加はご遠慮ください。お問い合わせいたします。

※当面の間はスタジオ内プランケットの提供(使用)を中止します。ご希望の方はご自身のバスタオルやタオルなど、代替のものをお持ちください。

※受付が混み合っている場合、電話に出られない可能性があります。お急ぎの方は、他スタジオへご連絡ください。

※更衣室の混雑緩和とスタジオ清掃のためクラス開始時間30分以上前のご来店はご遠慮ください。

※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.