

スタジオ・ヨギー 丸井錦糸町  
 studio yoggy maruikinshicho  
 tel.03-5625-3651

※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

👇: 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
定休日	11:00~12:00 📌 アロマヨガリラックス アキコ	定休日	11:30~12:30 📌 ピラティスビギナー イクコ	11:00~12:15 2,16,30日) ヨガ ビギ ナー📌 9,23日) ヨガ フロー I ヤッコ	10:00 ~ 11:00 📌 3,17日)代謝アップピラティス II 10,24日)代謝アップピラティ スI タケマサ	10:00 ~ 11:15 ヨガアライメント I サヤカ
	13:00~14:00 📌 ベルヴィス(骨盤)ワーク キョウコ		13:00 ~ 14:00 📌 ヨガリラックス ミヅホ	11:30 ~ 12:45 📌 3,17日) ヨガビギナー 10,24日) ヨガ アライメ ント I ヒロミ	11:45~13:00 ヨガフロー I サヤカ	
	14:30~15:45 📌 ヨガビギナー ケイコ		14:30~15:45 ヨガフロー I 29日) ヨガ フロー III ナオ	14:30~15:30 📌 ピラティスビギナー ノリ	13:30~14:30 📌 ヨガリラックス キワ	13:30~14:30 📌 ベルヴィス(骨盤)ワーク キョコ
	スタジオクローズ 16:00~18:00 来店・電話対応不可		スタジオクローズ 16:00~18:00 来店・電話対応不可	スタジオクローズ 16:00~18:00 来店・電話対応不可	15:00~16:00 📌 ピラティスビギナー マイコ	15:00 ~ 16:00 📌 ピラティスビギナー ミキ
	18:30 ~ 19:45 アシュタンガヨガ I モリミ		19:00 ~ 20:15 アロマヨガ フロー I ヤッコ 29日) 休講	18:30~19:30 📌 ピラティスビギナー マリエ	16:30~17:45 ヨガフロー I ムツミ	
	20:15~21:15 📌 代謝アップピラティス I 20日) 代謝アップピラティス II マリエ		20:00 ~ 21:00 📌 アロマヨガ リラックス ジヒョン			

※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.

※急な代講やスケジュールの変更もございます。詳しくはWEB予約システムでご確認下さい。

**【今月のアロマ】**  
 リバイタライズ  
 (オレンジ / グレープフルーツ / ベルガモット / マンダリン)  
 春、気持ちを明るく〜胸を広げ、呼吸を深く〜