

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



July
2021

7

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
10:30 ~ 11:45 👉 ヨガビギナー ヨシミ		10:30 ~ 11:45 👉 ヨガフロア II リカ										9:00 ~ 10:00 👉 体幹コントロールピラティス I マイコ	9:30 ~ 10:45 👉 ヨガフロア I トモ
				11:00 ~ 12:00 👉 ベルヴィス(骨盤)ワーク アヤコ		11:00 ~ 12:00 👉 ヨガリラックス 29日) ヨガメディテーション カコ				10:00 ~ 11:00 👉 ベルヴィス(骨盤)ワーク キヨコ		10:30 ~ 11:30 👉 ウェストシェイブピラティス マイコ	
12:15 ~ 13:30 👉 アロマヨガフロア I 26日) アロマヨガリラックス ジジョン			12:00 ~ 13:00 👉 ヨガリラックス ミヤビ	12:30 ~ 13:45 👉 ヨガビギナー ナナ		12:30 ~ 13:45 👉 22日のみ) ヨガアライメント I リカ				11:30 ~ 12:45 👉 ヨガビギナー 17日) ヨガメディテーション マリコ		12:15 ~ 13:30 👉 ヨガフロア I ミスハ	
		13:15 ~ 14:30 👉 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 22日のみ) 14:15~15:15 ヨガニドラー リカ				13:15 ~ 14:30 👉 アロマヨガ フロア I マリコ		14:00 ~ 15:15 👉 ヨガビギナー マサヨシ	
				16:00 ~ 17:00 👉 ヨガリラックス シュリ ※14日、28日休講						15:00 ~ 16:15 👉 ヨガフロア II ナオ	15:30 ~ 16:30 👉 体幹コントロールピラティス I タケマサ		
		15:00-18:00 👉 スタジオクローズ				15:45-18:00 👉 スタジオクローズ				16:45 ~ 17:45 👉 ピラティスビギナー タケマサ			
<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>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。</p> </div>													
		18:30 ~ 19:30 👉 エクササイズローラーピラティス タケマサ		19:30 ~ 20:45 👉 アロマヨガ フロア I ヤッコ		18:45 ~ 19:45 👉 アロマヨガ リラックス エリコ ※22日休講							
						19:00 ~ 20:00 👉 ベルヴィス(骨盤)ワーク ミワ							

定休日

※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よう、お願いいたします。

※当面の間はスタジオ内ブランケットの提供(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、代償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.