

スタジオ・ヨギー 京都

studio yoggy KYOTO
TEL 075-257-5055



8月の店休日
14日(月)・15日(火)・16日(水)

クラス予約はこちら！！ ▶▶▶



- ヨガ(Yoga)
- ピラティス(Pilates)
- ペルヴィスワーク(Pelvis Work)60分
- 👉 未経験者におすすめ (for beginner)
- 👉 瞑想/ヨガニドラー



MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
11:00～12:00👏 ピラティスビギナー レイコ ※14日は休み		10:45～12:00👏 ヨガビギナー シイナ ※15日は休み		11:00～12:15👏 ヨガビギナー サトミ ※16日は休み		11:00～12:15 アロマヨガフローⅠ ユミコ		11:00～12:00👏 ピラティスビギナー アカネ	10:30～11:45👏 ヨガビギナー カナコ	10:00～11:15 ヨガアライメントⅠ サトミ	9:30～10:30👏 (15,19日) ウェイクアップヨガ ミホK	10:00～11:15👏 ヨガビギナー マユミ	
12:30～13:45 (↓7,21日) ヨガビギナー👏 (↓28日) ヨガフローⅠ カナコ ※14日は休み	12:15～13:15👏 (↓21日のみ) はじめてのピラティス レイコ 初めての方におすすめ！	★NEWクラス★ 12:30～13:45 アロマヨガフローⅠ アツコ ※15日は休み		12:45～13:45👏 アロマヨガリラククス ユミコ ※16日は休み		12:45～13:45👏 ピラティスビギナー アカネ		12:30～13:30👏 ペルヴィス(骨盤)ワーク ミホ		11:45～12:45👏 アロマヨガリラククス アツコ (↓5日のみ) 11:45～13:00👏 ヨガメディテーション アツコ		11:45～13:00 アロマヨガフローⅠ アツコ	
14:15～15:15👏 美尻ピラティス ミキ ※女性限定クラス ※14日は休み		14:15～15:15👏 ピラティスビギナー ミキ ※15日は休み		14:15～15:15👏 (↓2,30日) ペルヴィス(骨盤)ワーク マミ (↓9,23日) ピラティスビギナー ミホ ※16日は休み	14:00～15:15👏 (↓9日のみ) はじめてのヨガ ユミコ 初めての方におすすめ！	14:15～15:30👏 ヨガビギナー ミホ		14:00～15:00👏 アーユルヴェーダ×ヨガ ～季節のからだケア ＜夏のメンテナンス編＞ カナコ		13:30～14:30👏 ペルヴィス(骨盤)ワーク ミホ	13:30～14:45👏 (↓5,19日) ヨガビギナー カナコ	13:30～14:30👏 ピラティスビギナー アカネ	
「はじめて」シリーズ 開催！ 「ヨガとピラティスってどう違うの？」「今さら聞けない基本を知りたい！」 そんな皆さまのための、期間限定！特別開催クラスです。				時間変更！隔週でクラス内容が変わります。						15:00～16:00👏 ピラティスビギナー ミホ	15:00～16:00👏 (↓5,19日) ヨガニドラー ～寝たまんまヨガ👏 カナコ	15:00～16:15👏 ヨガビギナー ミホ	
18:30～19:45 アロマヨガフローⅠ アツコ ※14日は休み		18:30～19:30👏 ピラティスビギナー ナミ ※15日は休み		18:30～19:30👏 (↓2,30日) アロマヨガリラククス サトミ ※16日は休み	18:30～19:30👏 (↓9,23日) ペルヴィス(骨盤)ワーク ミホ (Aスタジオ開催) ※16日は休み	18:45～20:00 ヨガアライメントⅠ サトミ		18:30～19:45 ヨガビギナー👏 (↓25日のみ) ヨガフローⅠ シイナ	19:00～20:00👏 (↓4日のみ) はじめてのピラティス (↓25日のみ) ピラティスビギナー レイコ 初めての方におすすめ！	8月11日(金・祝) 山の日 【Aスタジオ】 10:00～11:00👏ピラティスビギナー アカネ 11:30～12:30👏アーユルヴェーダ×ヨガ カナコ ～季節のからだケア 13:00～14:00👏ペルヴィス(骨盤)ワーク ミホ			
20:00～21:00👏 (↓28日のみ) ヨガニドラー ～寝たまんまヨガ アツコ				19:45～20:45👏 (↓9,23日) アロマヨガリラククス サトミ ※16日は休み			マスクなしの日々を 快適に過ごしましょう👏 手鏡をご持参ください						

- ・クラス及び担当インストラクターは急遽変更となる場合がございます。
- ・店内へはクラス開始30分前よりお入りいただけます。
- ・受付が混み合っている場合、電話に出られない場合がございます。お手数ですが、しばらくたってからおかけ直しください。

マスクなしの日々を
快適に過ごしましょう🙌
手鏡をご持参ください

8月11日(金・祝) 山の日

【Aスタジオ】

- 10:00～11:00👉ピラティスビギナー アカネ
- 11:30～12:30👉アーユルヴェーダ×ヨガ カナコ
～季節のからだケア

- 13:00～14:00👉ペルヴィス(骨盤)ワーク ミホ
- 14:30～15:30👉筋膜ストレッチ～整顔 ミホ

【Bスタジオ】

- 12:45～14:00 ヨガフロー II カナコ