

# スタジオ・ヨギー 神楽坂

studio yoggy kagurazaka  
tel.03-5225-3525

※クラスについての詳しい内容は、こちらをご覧ください。→





# 10

October  
2023

👤: 未経験者におすすめ

■ ヨガ60分、75分  
■ ピラティス 60分  
■ ペルヴィス (骨盤)ワーク 60分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
ヨギーパーソナル 9:30 ~ 10:30 9日)休講 マリエ		9:30 ~ 10:45 アシュタンガヨガ I モリミ		※ 2		9:00 ~ 10:15 ヨガアライメント I ミヤビ
※1						
9日祝日特別クラス 9:15 ~ 10:30 ヨガフロー II ナオ	10:30~11:30👤 ヨガリラックス ユカリ		10:30 ~ 11:45 ヨガフロー I フェイ	ヨギー メンテナンス (個別)  10:50~11:20 11:30~12:00 12:10~12:40 12:50~13:20 小林	10:00~ 11:15 シヴァナンダヨガ I 28日)シヴァナンダ ヨガII ノリコ	10:45~12:00👤 ヨガビギナー ミヤビ
11:00~12:00👤 ピラティスビギナー マリエ		11:15~12:15👤 ピラティスビギナー ケイコ				
12:30~13:30👤 ヨガリラックス ノゾミ	12:00~13:00 代謝アップピラティ ス I 📌 10日,24日)代謝 アップピラティス II ユカリ		12:15~13:30👤 ヨガビギナー ジヒョン		12:00~13:00👤 ピラティスビギナー マコ	12:30~13:45 ヨガフロー I 1日)アロマヨガフ ロー I ヒロ
		12:45~13:45👤 アロマヨガリラッ ス(60分) ヤスヨ	ヨギーパーソナル 13:45 ~ 14:45 ジヒョン		13:30~14:45 ヨガフロー II ユカリ	
14:00~15:15👤 ヨガビギナー マドリ	13:30~14:45 ヨガフロー I キワ	14:15~15:15👤 ペルヴィス(骨盤) ワーク 25日)ペルヴィス・ フローダンス ミワ				14:15~15:15👤 ヨガリラックス ヒロ
ヨギー メンテナンス (個別) 2日、16日 15:50~16:20 16:30~17:00 17:10~17:40 柿内	※午後のクラス終了後から、 夜のクラス開始時間30分前まで スタジオをCLOSEします。  ~18:00まで CLOSE		15:15~16:15👤 ピラティスビギナー ナオコ  ヨギーパーソナル 16:30~ 17:30 ナオコ  16:45~18:15まで CLOSE		15:15~16:15👤 ヨガリラックス ユカリ  16:45~18:00 アロマヨガフロー I アサミ	15:45 ~ 17:00 ヨガメディテーショ ン ノゾミ
NEW! 月2日に増えました						
18:30~19:30👤 ピラティスビギナー 9日)休講 イクコ	18:30~19:45 ヨガアライメント I ミヤビ		18:45~20:00 ヨガフロー II リー		・9日 祝日限定クラス 9:15~10:30 ヨガフロー II ナオ  ・月に1日、3枠で行っていた月曜のメンテナンスクラスが、 今月から月2日、6枠に増えました。	
19:45~20:45 体幹コントロールピ ラティス I 9日)休講 イクコ		19:00~20:15 アロマヨガ フロー I アキナ			・スタジオのオープンは、クラス開始時間の30分前です。  ※1 月曜日はパーソナルクラスをご予約の方のみ  ※2 金曜日は個別クラスをご予約の方のみお入り頂けます。 各種お手続きは承っておりませんので、 レギュラークラス開催日の営業時間内にご来店ください。	
	20:15~21:15👤 ヨガリラックス ヤツコ	ヨギーパーソナル 25日のみ 20:30~ 21:30 アキナ				

クラス開始30分前より受付を開始します。

※天候やインストラクターの都合により、急な代講、休講になることがあります。詳しくはWeb予約システムをご確認下さい。  
※ご予約、キャンセルは開始1時間前までにWEBにて受け付けております。お時間までにご対応のほど、よろしくお願い致します。  
※祝日の18時以降のクラスは休講です。