スタジオ・ヨギー 池袋

studio yoggy ikebukuro

tel.03-5949-3571

※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)

🔰：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 60分
- マタニティヨガ 75分
- ヨギーパーソナル 60分
- 個別メンテナンス 30分

6

May-25

【受付開始時間】

朝夜オープンは、クラス開始 **30分前** より受付いたします。
クラス間は、クラス開始 **35分前** より受付いたします。

※天候やインストラクターの都合により、急な代講・休講になることがございます。詳細はWEBにてご確認下さい。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
					9:00 ～ 10:15 7日21日） アシュタンガヨガⅠ 14日28日） アシュタンガヨガⅡ ヨーイチ	9:00 ～ 10:15 ヨガフローⅠ フェイ
10:30 ～ 11:45 ヨガフローⅠ マドリ	10:30 ～ 11:30 🔰 ペルヴィス(骨盤)ワーク アヤコ	10:30～11:45 4日18日） ヨガアライメントⅠ 11日25日）ヨガビギナー🔰 マリコ 18日)代講 アズサ 25日)代講 ヒロ		10:30～11:30 🔰 ゆったりヨガフロー ノゾミ		
12:15 ～ 13:15 🔰 ピラティスビギナー ナオコ	12:00～13:15 アロマヨガ フローⅠ ヒロミ	12:15 ～ 13:15 🔰 ヨガリラックス ヒロ		12:00 ～ 13:15 マタニティヨガ ユキキ 妊娠16週以降から ご受講いただけます。	11:00 ～ 12:15 アロマヨガ フローⅠ ヤッコ 14日)代講 ムツミ 21日)代講 ヒロコ	11:00 ～ 12:00 🔰 ヨガリラックス レン
14:00 ～ 15:00 🔰 アロマヨガリラックス アヤコT		13:45～ 14:45 ピラティスビギナー🔰 25日) 体幹コントロールピラティスⅠ ジュン		13:45 ～ 14:45 体幹コントロール ピラティスⅠ ミキ	12:45 ～ 13:45 🔰 ヨガリラックス ヤッコ 14日)代講 ムツミ 21日)代講 ヒロコ	12:30 ～ 13:30 ピラティスビギナー🔰 ヒロミ 8日)体幹コントロールピラティスⅠ
				20日のみ開催 15:15～16:30 プレミアム会員限定（ヨガ） 「リリース＆フロー」 ～サイドライン～横のつながりをリリースして後屈をスムーズに！ リカ	14:15 ～ 15:15 7日21日） 体幹コントロールピラティスⅠ 14日28日） ピラティスビギナー🔰 ヨウコ	14:00 ～ 15:00 ペルヴィス(骨盤)ワーク🔰 キョウコ 1日)代講 ヨウコ 8日29日)代講 アヤコ 22日)代講 キヨコ 筋膜ストレッチ～脚～ 15日)代講 キヨコ
	14：00～15：00 ヨギーパーソナル（ヨガ） 1・3・5週目）ヒロミ 2・4週目）ヤッコ 新規体験 ￥5000円(税込) 前日18時までのご予約制 ※新規体験または月会費プラス入会の方が対象となります。				15:45 ～ 17:00 ヨガフローⅠ トモ 14日)代講 ユウコ	15:30 ～ 16:45 ヨガビギナー🔰 サヤカY
	16:00 ～ 17:00 🔰 ヨガリラックス ヤッコ					
	17：30～18：30 ヨギーパーソナル （ピラティス） ミカ 新規体験 ￥5000円(税込) 前日18時までのご予約制 ※新規体験または 月会費プラス入会の方 が対象となります。					
19:00～20:15 ヨガアライメントⅠ リカ	18:45 ～ 19:45 🔰 ピラティスビギナー ミカ	**6月～** **開始時間・クラス内容変更** 18:45～19:45 ゆったりヨガフロー🔰 トモ		18:45 ～ 19:45 🔰 ヨガリラックス キワ		
	20:15 ～ 21:15 🔰 アロマヨガリラックス マリ	20:00 ～ 21:00 🔰 ピラティスビギナー マコ		20:15 ～ 21:15 🔰 ペルヴィス(骨盤)ワーク 13日)ペルヴィス・フローダンス ミワ		

定休日

スタジオclose

スタジオclose

スタジオclose

スタジオclose

スタジオclose

STUDIOYOGGY_IKEBUKURO

※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ことがございます。
Due to the effects of weather, class contet 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.

※なるべく多くの方にクラスを受講していただく為、予約したクラスへの参加が難しい場合は、
前日24時までに事前キャンセルを下さいますよう、ご協力をお願いいたします。
※ご予約・ご見学・各種お手続き・電話受付・受講受付等は 営業時間中にご案内いたします。