



・電話での予約・キャンセルは承っておりません。

📌: 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

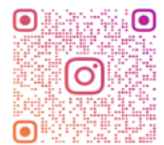
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
		9:45 ~ 10:45 ゆったりヨガフロー ヤッコ 2日)休講	NEW! 10:30 ~ 11:45 ヨガフロー I ケイコ		10:15 ~ 11:30 シヴァナンダヨガ I 26日)シヴァナンダヨ ガII コミチ	9:00 ~ 10:15 ヨガアライメント I リカ
	10:30 ~ 11:30 📌 ヨガリラックス ユカリ	2日) 10:45 ~ OPEN				10:45 ~ 11:45 ムーブメント & メディテーションヨガ ノゾミ
11:00 ~ 12:00 📌 ピラティスビギナー 14日, 28日) エクササイズローラー ピラティス レナ		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 📌 8日, 22日)代謝アップ ピラティス II ユカリ	12:45 ~ 13:45 📌 アロマヨガリラックス (60分) ヤスヨ	12:15 ~ 13:15 📌 ペルヴィス (骨盤)ワーク 17日)ペルヴィスフロー ダンス ミワ		12:00 ~ 13:00 ピラティスビギナー 📌 26日)体幹コントロー ルピラティス I マコ	12:15 ~ 13:30 📌 ヨガビギナー リコ
	13:30 ~ 14:45 ヨガフロー I キミ	14:00 ~ 15:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) ヤスヨ 9日) 休講	13:45 ~ 14:45 📌 ヨガリラックス キワ		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		Premium 9日 プレミアム限定クラス 14:15 ~ 15:30 ケイコ				14:15 ~ 15:30 ヨガフロー I ヒロ
			15:15 ~ 16:15 📌 ピラティスビギナー ナオコ		15:15 ~ 16:15 📌 ヨガリラックス ユカリ	
ヨギー メンテナンス (個別) 14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	~18:30まで CLOSE	16:30 ~ 17:30 ヨギーパーソナル (ピラティス) ナオコ ~18:15まで CLOSE		16:45 ~ 18:00 アロマヨガフロー I サヤカY	16:00 ~ 17:00 📌 ヨガリラックス 13日, 27日) アロマヨガリラックス ヒロ
18:30 ~ 19:30 📌 ピラティスビギナー 21日) 休講 イクコ	18:30 ~ 19:45 ヨガアライメント I ミヤ		18:45 ~ 20:00 ヨガフロー II マリ			
19:45 ~ 20:45 体幹コントロールピラ ティス I 21日) 休講 イクコ		19:15 ~ 20:30 アロマヨガフロー I アキナ				
	20:15 ~ 21:15 📌 ヨガリラックス ヤッコ					



・2日(水) OPEN時間について
ビル設備メンテナンスのため、9:45~のクラスが休講となり、
この日のみスタジオのOPENが10:45~になりますので
ご注意ください。

・7月 新クラス スタート
水曜日9:45-10:45
ゆったりヨガフロー ヤッコ

・9日(水)14:15~15:30 プレミアム限定クラス
セルフマッサージとヨガポーズ ~腰の不調と反り腰改善~
ケイコ



STUDIOYOGGY_KAGURAZAKA



・完全予約制です。電話での予約、キャンセルは承っておりません。
・ご予約は開始時刻直前まで、キャンセルは開始時刻15分前までマイページでお願いします。
・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。詳しくはマイページをご確認下さい。
※祝日の18時以降のクラスは休講です