

スタジオ・ヨギー 名古屋

📖: 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 60分

プレオープン期間

November
2025

1

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
11月24日		11月25日		11月26日		11月27日		11月28日		11月29日		11月30日	
11:00～12:15 ヨガフローⅠ マレ		11:00～12:00 📌 アロマヨガリラック ス キョウコ		11:00～12:00 📌 ピラティスビギナー サチ		10:30～11:30 📌 スイッチオン ピラティス カオリン		11:00～12:00 📌 ピラティスビギナー キクコ		10:15～11:30 📌 ヨガビギナー マレ		10:45～12:00 ヨガフローⅠ マレ	
13:00～14:00 陰ヨガ マレ		12:30～13:45 📌 ヨガビギナー マレ		12:30～13:45 ヨガフローⅠ マレ				12:30～13:45 📌 ヨガビギナー アケミ		12:00～13:00 代謝アップ ピラティスⅠ カオリン		12:30～13:30 陰ヨガ マレ	
				14:30～15:45 ヨガメディテーショ ン マレ						13:30～14:30 📌 ヨガリラックス マレ		14:00～15:15 ヨガアライメントⅠ リサ	
		18:45～19:45 📌 整うピラティス シマ		18:45～20:00 ヨガアライメントⅠ マレ		18:45～19:45 陰ヨガ マレ		18:45～19:45 📌 ピラティスビギナー チエコ		18:45～20:00 📌 ヨガビギナー ミサキ			