

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

11

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 キョーコ		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 📖 整えるピラティス 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			