

# スタジオ・ヨギー 京都

studio yoggy KYOTO

TEL 075-257-5055

## 2月のお休み

3・12・17・26

福

## 【2月のアロマ】

春に向けてデトックス力を高める～こわばりをほどいて頭を軽やかに～

精油：ヘッドスーズ

(ペパーミント/ラベンダー/カモミール・ローマン/ゼラニウム)

ヨガ(Yoga)

ピラティス(Pilates)

ベルヴィスワーク(Pelvis Work)60分

未経験者におすすめ(for beginner)

瞑想/ヨガニドラー(Yoga nidra)



2  
February  
2026

MON	TUE(営業日：10,24日)	WED	THU(営業日：5,19日)	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
B	B	B	B	B	B	B
11:00～12:00 ピラティスビギナー レイコ	11:00～12:15 (↓10,24日) ヨガビギナー シイナ	11:00～12:15 ヨガビギナー サトミ	11:00～12:15 (↓5,19日) アロマヨガフロー I ユミコ	11:00～12:00 ピラティスビギナー アカネ	10:00～11:15 ヨガアライメント I サトミ	10:00～11:15 ヨガビギナー 1日：カナコ 8日：ミホK 15日：ユミコ 22日：マミ
12:30～13:45 (↓2,16日) ヨガビギナー (↓9日) アロマヨガフロー I カナコ	12:45～13:45 (↓10,24日) ヨガリラックス ミホ	12:45～13:45 アロマヨガリラックス ユミコ	12:45～13:45 (↓5,19日) ピラティスビギナー アカネ	12:30～13:30 ベルヴィス(骨盤) ワーク 6,20日：リサ 13,27日：ミホ	11:45～12:45 ベルヴィス(骨盤) ワーク ナオコ	11:45～13:00 ヨガフロー I チエ
14:15～15:15 (↓2日のみ) 筋膜ストレッチ～お腹 (↓9日) ベルヴィス(骨盤)ワーク マミ	14:15～15:15 (↓10,24日) ピラティスビギナー キサキ	14:15～15:15 コンディショニング ヨガ～腸活 サキ	14:15～15:30 (↓5,19日) ヨガビギナー ミホ	14:00～15:00 アーユルヴェーダ×ヨガ ～季節のからだケア <冬のメンテナンス編> カナコ	13:15～14:30 アロマヨガフロー I カナコ	13:30～14:30 ピラティスビギナー アカネ
2月11日(水・祝)～建国記念の日～ 【Aスタジオ】 10:00～11:15 ヨガビギナー サトミ 11:45～12:45 アロマヨガリラックス ユミコ 13:15～14:15 コンディショニングヨガ～腸活 サキ 14:30～15:45 アロマヨガフロー I サキ		2月23日(月・祝)～天皇誕生日～ 【Aスタジオ】 10:00～11:00 ウエストシェイプピラティス レイコ 11:30～12:30 ベルヴィス(骨盤)ワーク ナオコ 13:00～14:15 ヨガビギナー カナコ 14:45～15:45 アロマヨガリラックス カナコ 【Bスタジオ】 13:00～14:00 筋膜ストレッチ～脚～ ナオコ		15:00～16:00 アロマヨガリラックス (↓21日のみ) ヨガニドラー ～寝たまんまヨガ カナコ		15:00～16:15 ヨガビギナー ミホ
18:30～19:45 (↓9日のみ) ヨガフロー I (↓2,16日) フロー& リストラティブヨガ チエ	18:30～19:30 (↓2,16日のみ) 美尻ピラティス ナミ ※女性限定クラス	18:30～19:30 (↓10,24日) 代謝アップ ピラティス I ナミ	18:30～19:45 (↓24日のみ) ベルヴィス フロードダンス ナナエ	18:30～19:30 (↓5,19日) アロマヨガリラックス サトミ	19:00～20:00 (↓19日) 背中すっきりピラティス キサキ ※5日は代講:ナオコ 筋膜ストレッチ～脚	18:30～19:45 (↓27日のみ) ヨガビギナー アヌサラインスパイアド ヨガビギナー シイナ
20:00～21:00 (↓4,18日のみ) ピラティスビギナー アカネ		20:00～21:00 (↓13,27日のみ) ヨガリラックス シイナ		20:00～21:00 (↓13,27日のみ) ヨガリラックス シイナ		20:00～21:00 (↓13,27日のみ) ヨガビギナー キサキ ※6日は代講:ナミ
・クラス及び担当インストラクターは急遽変更となる場合がございます。 ・店内へはクラス開始30分前よりお入りいただけます。 ・受付が混み合っている場合、電話に出られない場合がございます。 お手数ですが、しばらくたってからおかけ直してください。		kyoto Instagram Please Follow me!		2026年3月のお休み 2026年も週1日の定休日を 設けさせていただきます。 ご迷惑をお掛けいたしますが 何卒、ご了承・ご協力の程 お願い申し上げます。		2026年3月のお休み 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31