

スタジオ・ヨギー神楽坂



新規登録、ご予約は
上記QRコードから



Instagramでは休講情報等
随時情報更新を行っております。

3

MARCH
2026

- 📌: 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

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
11:00 ~ 12:15 📌 ヨガビギナー マドリ	11:00 ~ 12:00 📌 ヨガのコツ ケイコ	10:30 ~ 11:45 ヨガアライメント I リカ	10:30 ~ 11:30 📌 ピラティスビギナー マイコ	10:30 ~ 11:30 📌 ヨガリラックス キワ	10:00 ~ 11:15 ヨガフロー I ヨーコ	10:00 ~ 11:00 📌 姿勢改善ピラティス レナ
12:45 ~ 13:45 📌 ヨガリラックス ノゾミ	12:30 ~ 13:30 体幹コントロール ピラティス I ジュン	12:15 ~ 13:15 📌 コンディショニングヨガ ~腸活~ キコ	12:00 ~ 13:15 ヨガフロー I 26日) ヨガフロー II ユキキ ※5日) 代講: アズサ	12:00 ~ 13:00 📌 ピラティスビギナー ミュキ	11:45 ~ 13:00 フロー & リストラティ ブヨガ トモ	11:30 ~ 12:30 📌 ペルヴィス(骨盤)ワーク 1.15日) ペルヴィスフ ローダンス ミワ ※1日) 代講: ユウ
14:15 ~ 15:15 📌 ピラティスビギナー ヒロミ	14:00 ~ 15:00 📌 アロマヨガリラックス アヤコT	13:45 ~ 14:45 📌 ペルヴィス(骨盤)ワーク アヤコ	13:45 ~ 14:45 📌 ヨガリラックス アキコ	13:30 ~ 14:45 📌 ヨガビギナー リナ 20日) 祝日特別クラス ヨガフロー I	13:30 ~ 14:30 体幹コントロール ピラティス I マコ	13:00 ~ 14:15 アシュタンガヨガ I 1日) ヨガフロー II アズサ
15:30 ~ 16:30 📌 陰ヨガ フミス	15:30 ~ 16:45 ヨガフロー I ヒロ	15:15 ~ 16:30 アロマヨガフロー I サヤカY	15:15 ~ 16:15 📌 エクササイズローラー ピラティス マミ	15:15 ~ 16:15 ムーブメント& メディテーションヨガ タダヒコ	15:00 ~ 16:00 📌 ヨガリラックス ユカリ ※7日) 代講: アヤコT	14:45 ~ 16:00 ヨガフロー I ヤッコ
17:00 ~ 18:00 ヨギーパーソナル ヤッコ(yoga) パーソナル新規体験 ¥5500 (税込) 月会費会員 ¥8800 (税込)	17:15 ~ 18:15 📌 ゆったりヨガフロー ミツホ ※24日) 代講: ヤッコ	17:00 ~ 18:00 📌 ヨガチューナップ® ヒカル	16:45 ~ 17:45 📌 アロマヨガ リラックス マリ	16:45 ~ 18:00 ヨガフロー I ヤスヨ ※20日休講	16:30 ~ 17:45 アロマヨガフロー I アキナ	16:30 ~ 17:30 📌 アロマヨガ リラックス ヤスヨ
18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I ユウ	18:30 ~ 19:30 📌 アロマヨガ リラックス ヤッコ	18:30 ~ 19:30 📌 整えるピラティス ヒカル	18:15 ~ 19:30 アロマヨガフロー I ムツミ	18:15 ~ 19:15 イシュタヨガ トモコバ ※20日休講		18:00 ~ 19:00 ヨギーパーソナル ヤスヨ(yoga) パーソナル新規体験 ¥5500 (税込) 月会費会員 ¥8800 (税込)
20:00 ~ 21:00 📌 2.16.30日) ピラティスビ ギナー 9.23日) エクササイズロー ラーピラティス レナ ※9日) 代講: マミ	20:00 ~ 21:15 ヨガフロー I エリコ	19:45 ~ 21:00 ヨガフロー II ユカリ	19:45 ~ 20:45 📌 5.19日) ボディメイク& ビューティエクササイズ 12.26日) ペルヴィス (骨盤)ワーク ニノ	19:45 ~ 21:00 ヨガアライメント I リッコ ※20日休講		

※天候やインストラクターの都合により、急
な代講や休講になることもございます。
詳しくは予約サイトをご確認下さい。
Instagramでも随時情報発信しておりますの
でご利用ください。