

# スタジオ・ヨギー 横浜

## 2026年6月 スケジュール

■ ヨガ 60分, 75分  
■ ピラティス 60分  
■ ヘルヴィス(骨盤)ワーク 60分  
■ ジャイロキネシス 60分  
 📌: 未経験者におすすめ

※クラスについての詳しい内容は、こちらをご覧ください→



Instagram更新中!  
 クラス情報やイベントのお知らせ、スタジオの日常をお届けしています。



STUDIOYOGI, YOKOHAMA

June 2026

6

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
										9:15 ~ 10:15 ピラティスビギナー 6.20日)ミユキ 13.27日)ミカ	★6日のみ開催) 10:00 ~ 11:00 エクササイズローラー ピラティス ヒロコ	9:30 ~ 10:45 ヨガフロー I サユリ	★14日のみ開催) 10:00 ~ 11:00 ジャイロキネシス シズク
11:00 ~ 12:00 体幹コントロール ピラティス I ミユキ		11:00 ~ 12:15 ヨガフロー I アズサ		10:30 ~ 11:45 ピラティス 3.17日) 3.17日) ヨガメディテーション 10.24日) ヨガビギナー タダヒコ	★3.17日のみ開催) 11:00 ~ 12:00 ジャイロキネシス シズク	10:30 ~ 11:45 ヨガアライメント I リツコ		11:00 ~ 12:15 ヨガフロー I マリコ		10:30 ~ 11:30 アロマヨガ リラックス ムツミ	★6日のみ開催) 11:15 ~ 12:15 代謝アップピラティス I ヒロコ 6日のみ開催) 12:30 ~ 13:30 ヨギーパーソナル (ピラティス) ヒロコ	11:15 ~ 12:30 ヨガビギナー ユウ	★28日のみ開催) 10:00 ~ 11:00 からだ整うコンディ ショニング~理学療法 士と学ぶしなやかな身 体づくり~ 理学療法士:竹内
12:30 ~ 13:45 ヨガフロー I メイコ		12:30 ~ 13:30 ヨガリラックス ノゾミ		12:00 ~ 13:00 ヘルヴィス(骨盤)ワ ーク ニノ		12:15 ~ 13:15 ピラティスビギナー カズエ	12:30 ~ 13:30 ヨギーパーソナル (ヨガ) キコ	12:45 ~ 13:45 アロマヨガ リラックス マリコ		12:00 ~ 13:15 ヨガフロー I 6日) ヨガアライメント I アズサ	11:45 ~ 12:45 ヘルヴィス(骨盤)ワ ーク ユウ ※6日 休講	13:00 ~ 14:00 アロマヨガ リラックス キコ	★28日のみ開催) 11:15 ~ 12:15 パーソナルリッスン 理学療法士:竹内
14:15 ~ 15:15 アロマヨガ リラックス ヤツコ 29日)代講 キコ		14:00 ~ 15:15 筋力向上ヨガ ~重力に負けない カラダづくり~ リカ		14:00 ~ 15:00 ゆったりヨガフロ ー ヒロ	13:15 ~ 14:15 ヨギーパーソナル (ヘルヴィス) ニノ	13:45 ~ 14:45 コンディショニング ヨガ ~腸活~ キコ		14:15 ~ 15:15 ピラティスビギナー ミスズ	14:00 ~ 15:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) マリコ	13:45 ~ 15:00 ヨガフロー II 6日) ヨガアライメント II アズサ	14:00 ~ 15:00 6.20日) ↓ ピラティスビギナー 13.27日) 体幹コントロール ピラティス I カズエ	14:30 ~ 15:45 ヨガアライメント I リカ	
15:30 ~ 16:30 ヘルヴィス(骨盤)ワ ーク ミユキ		15:30 ~ 16:30 ヨギーパーソナル (ヨガ) リカ		15:15 ~ 16:15 アロマヨガ リラックス ユウ		15:30 ~ 16:45 ヨギーパーソナル フミS 19日)代講 リツコ		15:30 ~ 16:30 ヨギーパーソナル (ピラティス) ミスズ	15:30 ~ 16:30 バランスボール ピラティス カズエ	15:30 ~ 16:45 シヴァナンダヨガ I 27日) シヴァナンダヨガ II ノ	16:15 ~ 17:30 フロー& リストラティブヨガ リツコ ★21日) フロー& リストラティブ with アロマヨガ	16:00 ~ 17:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) リカ	
19:00 ~ 20:00 1.15.29日) ピラティスビギナー 8.22日) 整えるピラティス ヒカル 15.29日)代講ミスズ	16:45 ~ 17:45 ヨギーパーソナル (ピラティス/ヘルヴィ ス) ミユキ	18:30 ~ 19:30 アロマヨガ リラックス ムツミ		18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I リツコ	19:00 ~ 20:00 3.17日) からだ整う コンディショニング 理学療法士 竹内 10.24日) リストラティブヨガ リカ	18:30 ~ 19:30 ヨガ ビギナー ※60分クラス キワ	18:30 ~ 19:30 ピラティスビギナー マミ	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I タダヒコ ★19日) キャンドルナイト	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I タダヒコ ★19日) キャンドルナイト	17:00 ~ 18:15 アロマヨガ フロー I ヤスヨ ★20日) キャンドルナイト	17:00 ~ 18:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) ノ		
		19:45 ~ 21:00 アロマヨガ フロー I ムツミ				19:45 ~ 20:45 エクササイズロー ラー ピラティス マミ	20:00 ~ 21:00 ムーブメント& メディテーション ヨガ タダヒコ ★19日) キャンドルナイト			18:30 ~ 19:30 ヨギーパーソナル (ヨガ) ヤスヨ			

お一人でも、ご一緒でも、特別なひとときをぜひご体験ください。皆さまのご来店をお待ちしております。

⚠️ 完全予約制となります。  
 ・ご予約は開始時刻直前まで、キャンセルは開始時刻の15分前までマイページよりお手続きください。  
 ・天候やインストラクターの都合により、急な代講・休講となる場合がございます。  
 詳しくはマイページをご確認ください

**★6月19日~21日 🌸 国際ヨガデー・ウィーク 🌸**  
 6月21日の『国際ヨガデー』にちなんで、イベントを開催いたします！  
 期間中は、初めての方も会員様も楽しめるクラスや企画をご用意しております。ぜひご参加ください！  
**①ペア体験キャッシュバック+ご入会特典** ※当日はお二人一緒にご来店ください。  
 初めての方: 会員様と同伴、またはペアでクラスを体験していただくと、通常1,000円の体験料をキャッシュバック！  
 さらに、当日ご入会でウェアまたはヨガグッズを1点プレゼント  
 また、ご紹介いただいた会員様にはお水1本、ご紹介者様がご入会された際には、大人気の”おからクッキー”をプレゼント！  
 ※全クラス対象/事前予約・個人情報登録が必要です。

**②キャンドルナイトクラス (17:00以降のクラス)**  
 キャンドルの灯りの中で心地よく動く、特別な時間を過ごしてください。  
**【6月19日(金)】**  
 18:30~ヨガフロー I (タダヒコ)  
 20:00~ムーブメント&メディテーションヨガ (タダヒコ)  
**【6月20日(土)】**  
 17:00~アロマヨガフロー I (ヤスヨ)