

スタジオ・ヨギー 京都

studio yoggy KYOTO

TEL 075-257-5055

9月のお休み

1・10・15・24・29

【9月のアロマ】

寒暖差に負けないからだづくり～自律神経のバランスを保つ～

精油：マジョラム/スペアミント

■ ヨガ(Yoga)

■ ピラティス(Pilates)

■ ペルヴィスワーク(Pelvis Work)60分

■ 未経験者におすすめ(for beginner)



9
ptember
2026

MON	TUE(営業日：8日)	WED	THU(営業日：3,17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 (↓8日) ハタヨガ I シイナ	11:00～12:00 (↓8日) アクティブピラティス ～全身コントロール I～ アカネ	11:00～12:15 (↓3,17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	10:30～11:45 ハタヨガ I カナコ	10:00～11:15 ハタヨガ II サトミ																																										
12:30～13:45 (↓7日) ハタヨガ I (↓14,28日) アロマヨガフロー I カナコ	12:45～13:45 (↓8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 (↓3,17日) 体スッキリピラティス ～姿勢改善～ NEW! アカネ	12:30～13:30 ヘルヴィス(骨盤)ワーク ワーク 4,18日：リサ 11,25日：ナオコ	11:15～12:15 ヘルヴィス(骨盤)ワーク (↓19日のみ) 筋膜ストレッチ～脚～ ナオコ	11:45～13:00 ヨガフロー I チエ ※13日は代講：マミ																																										
14:15～15:15 ヘルヴィス(骨盤)ワーク (↓7日のみ) 筋膜ストレッチ～顔～ マミ	14:15～15:15 (↓8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 (↓3,17日) ハタヨガ I ミホ	14:00～15:00 アーユルヴェーダ×ヨガ ～季節のからだケア <晩夏のメンテナンス編> 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																																										
15:30～16:30 エクササイズローラー ピラティス ナミ	9月21日(月・祝)～敬老の日～ 【Aスタジオ】 10:00～11:00 アクティブピラティス ～体幹強化 レイコ 11:30～12:45 アロマヨガフロー I カナコ 13:15～14:15 アーユルヴェーダ×ヨガ ～季節のからだケア withアロマ カナコ 14:45～15:45 筋膜ストレッチ～お腹～ ナオコ		9月22日(火・祝)～国民の休日 【Aスタジオ】 10:00～11:15 アヌサラインスパイアド ヨガビギナー シイナ 11:45～13:00 ハタヨガ I ミホ 13:30～14:30 ヘルヴィスフローダンス ナナエ 15:00～16:00 エクササイズローラーピラティス ナミ		9月23日(水・祝)～秋分の日～ 【Aスタジオ】 10:00～11:15 ハタヨガ I サトミ 11:45～12:45 アロマヨガリラックス ユミコ 13:15～14:15 ピラティスビギナー アカネ 14:45～15:45 体スッキリピラティス ～バランス調整～ アカネ																																											
18:30～19:30 アクティブピラティス ～下半身シェイプ～ ナミ	18:30～19:30 (↓8日) 代謝アップピラティス I ナミ	18:30～19:45 ハタヨガ I (↓30日のみ) ハタヨガ II サトミ	18:30～19:30 (↓3,17日) アロマヨガリラックス サトミ	19:00～20:00 (↓3,17日) アクティブピラティス ～スッキリ上半身～ キサキ	18:30～19:45 ハタヨガ I (↓25日のみ) アヌサラインスパイアド ヨガビギナー シイナ	19:00～20:00 ピラティスビギナー キサキ																																										
9月から 毎週開催 いたします。		9月から Aスタジオに移動、 隔週から毎週開催に 変更いたします。		20:00～21:00 (↓2,16,30日のみ) 体スッキリピラティス ～ゆっくりフロー～ NEW! アカネ		20:00～21:00 (↓11,25日のみ) ヨガリラックス シイナ																																										
・クラス及び担当インストラクターは急きょ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ください。		kyoto Instagram Please Follow me!				2026年10月のお休 <table border="1"> <tr> <th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr> <td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr> <td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr> <td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr> <td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </table>	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
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																																										

