

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

September
2026



MON

</

【5日】
ペルヴィス®フローダンス アヤ
【12日】
ペルヴィス®ワーク キョーコ
【19日】
ペルヴィス®フローダンス アヤ
コ
【26日】
ペルヴィス®ワーク キョーコ

【5日】
ペルヴィス®ワーク 担当：アヤ
【12日】
ボードピラティス 担当：シマ
【19日】
筋膜～美脚～ 担当：アヤコ
【26日】
ボードピラティス 担当：カオリン