

スタジオ・ヨギー 横浜
2026年9月 スケジュール

■ ヨガ 60分、75分
■ ピラティス 60分
■ ペルヴィス(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。



September
2026

9

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 5.19日)ミユキ 12.26日)ミカ	★5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	★13日のみ開催) 10:00 ~ 11:00 ジャイロキネシス シズク
11:00 ~ 12:00 アクティブピラティス ～全身コントロール I～ ミユキ		10:45 ~ 12:00 ヨガフロー I アズサ		10:30 ~ 11:45 🕒 2.16.30日) ヨガメディテーション 9.23日) ハタヨガ I タダヒコ	11:00 ~ 12:00★ 2.30日のみ開催) ジャイロキネシス シズク	10:30 ~ 11:45 ハタヨガ II リツコ		11:00 ~ 12:15 ヨガフロー I ノリ		10:30 ~ 11:30 🕒 アロマヨガ リラックス ムツミ	★5日のみ開催) 11:15 ~ 12:15 代謝アップピラティス I ヒロコ 5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 🕒 ハタヨガ I ユウ	
12:30 ~ 13:45 ヨガフロー I メイコ 28日)代講 ヤツコ		12:30 ~ 13:30 🕒 ヨガリラックス ノゾミ		12:00 ~ 13:00 🕒 ペルヴィス(骨盤)ワー ク 23日)フロードダンス ニノ		12:15 ~ 13:15 🕒 ピラティスビギナー カズエ		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 アズサ	11:45 ~ 12:45 🕒 ペルヴィス(骨盤)ワー ク ユウ ※5日 休講	13:00 ~ 14:00 🕒 アロマヨガ リラックス キコ	
14:15 ~ 15:15 🕒 アロマヨガ リラックス ヤツコ 21日)代講 ヨガリラックス タダヒコ		★クラス変更 14:00 ~ 15:15 🕒 ハタヨガ I リカ		14:00 ~ 15:00 ヨガフロー I ※60分クラス ヒロ	13:15 ~ 14:15 ヨギーパーソナル (ペルヴィス) ニノ	13:45 ~ 14:45 🕒 【期間限定】 体スッキリヨガ 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 5日) ハタヨガ II アズサ	14:00 ~ 15:00 5.19日) 🕒 ピラティスビギナー 12.26日) アクティブピラティス ～全身コントロール I～ カズエ	14:15 ~ 15:30 ハタヨガ II リカ	
15:30 ~ 16:30 🕒 ペルヴィス(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		15:00 ~ 16:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) キコ		15:30 ~ 16:45 🕒 ハタヨガ I フミS	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	15:15 ~ 16:30 シヴァナンダヨガ I 26日) シヴァナンダヨガ II ノノ 12日)代講 コミチ	15:45 ~ 17:00 フロー& リストラティブヨガ リツコ	16:00 ~ 17:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) リカ
★時間・クラス変更 18:30 ~ 19:30 🕒 体スッキリピラティス ～バランス調整～ ミユキ ※21日休講	16:45 ~ 17:45 ヨギーパーソナル (ピラティス／ ペルヴィス) ミユキ	18:30 ~ 19:30 🕒 アロマヨガ リラックス ムツミ 29日) アロマヨガニドラー ※22日休講		18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I リツコ ※23日休講	19:00 ~ 20:00 2.30日) からだ整う コンディショニング 理学療法士 竹内 リストラティブヨガ リカ 9日) ※23日休講	18:30 ~ 19:30 🕒 ヨガ ビギナー ※60分クラス キフ	18:30 ~ 19:30 🕒 ピラティスビギナー マミ 17日)休講	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I タダヒコ		★クラス変更 16:45 ~ 17:45 アロマヨガ リラックス ヤスヨ	17:30 ~ 18:30 ヨギーパーソナル (ピラティス／ ペルヴィス) ミユキ		
		19:45 ~ 21:00 アロマヨガ フロー I ムツミ ※22日休講				19:45 ~ 20:45 エクササイズローラー ピラティス マミ 17日)休講		20:00 ~ 21:00 🕒 ムーヴメント& メディテーションヨガ タダヒコ		18:00 ~ 19:00 ヨギーパーソナル (ヨガ) ヤスヨ			



・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。
※祝日の17時以降のクラスは休講となります。

★のりかえキャンペーン実施中！ 9月末まで★
他社からのりかえでお得にスタート！

月会費プランのりかえ特典
入会金 0円 事務手数料 0円 初月会費 0円
体験料 キャンシユバック

ご家族・ご友人に、ぜひご紹介ください。

新しい自分に、出会う場所。

のりかえ キャンペーン

他社からのりかえでお得にスタート！

おトクな特典を
ご用意

7日間のご体験を
体験できる

あなたのペースで
心身より変化を
目指す

のりかえキャンペーンの詳細はこちら