

# スタジオ・ヨギー 渋谷

tel.03-5459-1315

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ペルヴィス 60分
- ウェイクアップ 60分
- マタニティ 75分
- 👉: 未経験者におすすめ

# 5

May  
2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (アシュタンガヨガI) ジェーン 1日) 代講	7:15 ~ 8:15 📌 ウェイクアップ (ボディI) チアキ 30日) 代講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (フローII) マッコ 3日) 休講 31日) 代講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (フローI) キワ 4日) 休講	9:00 ~ 10:15 ボディII 12,26日) フローII トモミ	
<p><b>※急な代講、クラス変更となる場合があります。 詳細は予約フォームからご確認ください。</b></p>					10:45 ~ 12:00 📌 ボディI 12,26日) フローI ミツコ	10:45 ~ 11:45 📌 体幹コントロールピラ ティスI キョンシツ
11:00 ~ 12:15 マタニティ・ヨガ アキ	11:00 ~ 12:00 📌 体幹コントロールピラ ティスI 29日)代謝アップピラティ スI サトミ	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フローI ユキキ	11:00 ~ 12:00 📌 ビューティ・ペルヴィス ミワ	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フローI 11,25日) アロマヨガリ ラックス (60分) 📌 アキ		
13:00 ~ 14:15 📌 ボディI ハッチ		12:30 ~ 13:30 📌 リラックス ユキキ	12:45 ~ 13:45 📌 体幹コントロールピラ ティスI マユ	12:45 ~ 14:00 フローI レン	12:30 ~ 13:30 📌 代謝アップピラティスI 5日) 代謝アップピラティ スII タケマサ	12:15 ~ 13:15 📌 リラックス キコ
14:45 ~ 15:45 リラックス 📌 14,28日) メディテーショ ン(14:45~16:00) カコ	14:45 ~ 15:45 📌 リラックス ノリコ	14:30 ~ 15:45 アシュタンガヨガIII 9,23日) アシュタンガヨ ガII トモヒロ	14:15 ~ 15:30 フローI ノリ 3日) 代講		14:00 ~ 15:15 シヴァナンダヨガI 12日) シヴァナンダヨガII ノリコ 26日)ボディII(代講)	13:45 ~ 15:00 ※時間のみ変更 フローIII 13,27日) フローII ユキキ
16:30 ~ 17:45 フローII ユカリ	16:15 ~ 17:30 シヴァナンダヨガII 29日) メディテーション ノリコ	16:30 ~ 17:30 📌 ビューティ・ペルヴィス 16日) ペルヴィス・フロー ダンス エツコ	15:45 ~ 17:00 ボディII ケイコ 3,10,17,24,31日) 代講	15:45 ~ 16:45 📌 体幹コントロールピラ ティスI アユミ	15:45 ~ 16:45 📌 リラックス ノリコ 26日) 代講	15:30 ~ 16:45 📌 NEW ※時間変更有 ボディI ノゾミ
18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ペルヴィス エミ	18:45 ~ 20:00 フローI リツコ	18:30 ~ 19:30 📌 体幹コントロールピラ ティスI マサコ	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティスII 17日) 代謝アップピラティ スI 📌 イクコ 3日) 休講	19:00 ~ 20:15 ※インストラクター変更 フローI ミユキ 4日) 休講	17:15~18:30 ※単発クラス 12日のみ)メディテー ション アズサ	17:15~18:15 📌 NEW アロマヨガ リラックス (60分) マリ 6日) リラックス(代講)
20:00 ~ 21:15 アロマヨガ フローI ヤッコ	20:15 ~ 21:15 📌 代謝アップピラティスI ジヒ	20:00 ~ 21:15 フローI 9,23日) シヴァナンダヨガ I チアキ	20:00 ~ 21:00 📌 リラックス 17日) ヨガニドラー マミ 3日) 休講	<p><b>☆お知らせ☆</b> ※5/3(木)、5/4(金)は祝日の為、特別スケジュールになります。  ※渋谷スタジオ限定開催 「新月キャンドルナイト」 新月の夜は、いつものクラスをスペシャルに！ キャンドルライトの中で行います。 開催日・5/15(火) 18:45~ ヨガ フローI (リツコ)  ※5/26(土) 17:15~18:45 ベーシックトレーニングコース 体験クラス付説明会 開催 (アズサ)</p>		