

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

7

July
2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	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	7:15 ~ 8:15 📌 ウェイクアップ (ボディI) チアキ	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (フローII) マッコ	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (フローI) キワ	9:15 ~ 10:15 📌 ※クラス内容&時間変更 リラックス トモミ	

**※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。**

10:45 ~ 12:00 📌 ボディI 14,28日) フローI ミツコ 14日) 代講	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 NEW フローI イルリ	11:00 ~ 12:00 📌 体幹コントロールピラ ティスI 31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 19日) 代講	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フローI 13,27日) アロマヨガリ ラックス (60分) 📌 アキ 20日) 代講		
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 タケマサ	12:15 ~ 13:15 📌 リラックス キコ
14:45 ~ 16:00 ボディII カコ 2,16日) 代講	14:45 ~ 15:45 📌 リラックス ノリコ 17日) 代講	14:00 ~ 15:15 ※インストラクター&時間変 更 アシュタンガヨガIII 11,25日) アシュタンガヨ ガII アズサ	14:15 ~ 15:30 フローI ノリ		14:00 ~ 15:15 シヴァナンダヨガI 14,28日) シヴァナンダヨ ガII ノリコ	13:45 ~ 15:00 フローIII 8,22日) フローII ユキキ 29日) 代講
16:30 ~ 17:45 フローII ユカリ	16:15 ~ 17:30 シヴァナンダヨガII 17,31日) メディテーショ ン ノリコ 17日) 代講	16:30 ~ 17:30 📌 ビューティ・ペルヴィス 18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 5,12,19,26) 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	15:30 ~ 16:45 📌 ボディI ノゾミ
18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ペルヴィス エミ 2日) 代講 16日) 休講	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 19日) 代謝アップピラティ スI 📌 イクコ	19:00 ~ 20:15 フローI 13日) ヨガニドラー (寝たままヨガ) ミユキ		17:15 ~ 18:15 📌 アロマヨガリラックス (60分) マリ
20:00 ~ 21:15 アロマヨガ フローI ヤッコ 16日) 休講	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 11,25日) シヴァナンダヨガ I チアキ	20:00 ~ 21:00 📌 リラックス 19日) ヨガニドラー (寝たままヨガ) マミ	<p>☆お知らせ☆ ・7/16(月)は祝日の為、特別スケジュールとなります。 ・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～ 7/13(金) 19:00 ~ ヨガニドラー (寝たままヨガ) (ミユキ)</p>		