

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

8

August
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 14日) 代講	7:15 ~ 8:15 📌 ※インストラクター変更 ウェイクアップ (ヨガボディ I) キワ 15日) 代講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (ヨガフロー II) マッコ 23日) 代講	7:15 ~ 8:15 ウェイクアップ (ヨガフロー I) キワ 17日) 代講	9:15 ~ 10:15 📌 ヨガリラックス 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 📌 ヨガボディ I 11,25日) ヨガフロー 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 ヨガフロー I イルリ 20日) 休講	11:00 ~ 12:00 📌 体幹コントロールピラ ティス I 28日) 代謝アップピラティス I サトミ 14日) 代講	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー I ユキキ 1,8,15日) 代講	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 10,24日) アロマヨガリ ラックス (60分) 📌 アキ 3日) 代講		
13:00 ~ 14:15 📌 ヨガボディ I ハッチ 20日) 休講		12:30 ~ 13:30 📌 ヨガリラックス ユキキ 1,8,15日) 代講	12:45 ~ 13:45 📌 体幹コントロールピラ ティス I マユ	12:45 ~ 14:00 ヨガフロー 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 📌 ヨガリラックス キコ
14:45 ~ 16:00 ヨガボディ II カコ 20日) 休講	14:45 ~ 15:45 📌 ヨガリラックス ノリコ	14:00 ~ 15:15 アシュタンガヨガIII 8,22日) アシュタンガヨガ II アズサ	14:15 ~ 15:30 ヨガフロー I ノリ		14:00 ~ 15:15 シヴァナンダヨガ I 11日) ヨガリラックス(60分) 25日) シヴァナンダヨガ II ノリコ	13:45 ~ 15:00 ヨガフロー III 12,26日) ヨガフロー II ユキキ 5,12日) 代講
16:30 ~ 17:45 ヨガフロー II ユカリ 20日) 休講	16:15 ~ 17:30 シヴァナンダヨガ II 28日) ヨガメディテーション ノリコ	16:30 ~ 17:30 📌 ビューティ・ペルヴィス 15日) ペルヴィス・フロー ダンス エツコ	15:45 ~ 17:00 ヨガボディ II ケイコ 2日) 代講	15:45 ~ 16:45 📌 体幹コントロールピラ ティス I アユミ 17日) 代講	15:45 ~ 16:45 📌 ヨガリラックス ノリコ 11日) 休講	15:30 ~ 16:45 📌 ヨガボディ I ノゾミ
18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ペルヴィス エミ 20日) 休講	18:45 ~ 20:00 ヨガフロー 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 29日) 代講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティス II 16日) 代謝アップピラティ ス I 📌 イクコ	19:00 ~ 20:15 ヨガフロー I ミユキ	16:00 ~ 18:00 【ワークショップ】 休日ゆったりシヴァナ ンダ・ヨガ ~ 悠久のインドに浸る120分 ~ ノリコ	17:15 ~ 18:15 📌 アロマヨガ リラックス (60分) マリ 5日) 代講
20:00 ~ 21:15 アロマヨガ フロー I ヤッコ 20日) 休講	20:15 ~ 21:15 📌 代謝アップピラティス I ジヒ	20:00 ~ 21:15 📌 NEW ヨガボディ I アサミ	20:00 ~ 21:00 📌 ヨガリラックス 16日) ヨガニドラー ~ 寝 たままヨガ マミ 9日) 代講	<p>☆お知らせ☆ ・8/20(月)はビル休館日の為、全クラス休講となります。</p> <p>・渋谷スタジオ限定開催 《新月キャンドルナイト》 8月は下記ワークショップ内で新月キャンドルナイトを行います。 ~開催日~ 8/11(土) 16:00 ~ 休日ゆったりシヴァナンダ・ヨガ (ノリ コ) ※瞑想時にキャンドルライトを使用します。</p>		