

IYC 表参道 1Fスタジオ						2025/12/1更新
月	火	水	木	金	土	日
		9:00～10:15 アシュタंगा基本 フミエ	9:00～10:15 マイソール初級 フミエ	9:00～10:15 アシュタंगा基本 乾ふみな <b>+zoom</b>	8:00～9:30 マイソール初級 フミエ	8:00～9:15 ハーフプライマリー a i <b>+zoom</b>
9:45～11:00 アシュタंगा基本⑥ のりたま <b>+zoom</b>	10:35～12:05 マイソール あゆみ	10:35～12:05 Half Primary <b>Bilingual</b> ⑥① Yoko <b>+zoom</b>		10:35～12:05 マイソール あゆみ <b>+zoom</b>	9:50～11:20 マイソール初級 土屋あおい	9:45～11:00 <u>Functional</u> <u>yoga training</u> ⑥ <b>Bilingual</b> ⑥① Tom
11:20～12:35 陰ヨガ(※) リ サ <b>+zoom</b>	12:30～13:45 陰ヨガ(※) マツダレイコ	12:30～14:00 マイソール なつみ	12:30～13:45 Yin Yoga <b>Bilingual</b> ⑥① Yoko <b>+zoom</b>		11:45～13:00 陰ヨガ 土屋あおい	11:30～13:00 マイソール ⑥ モ モ <b>+zoom</b>
13:00～15:00 マイソール リ サ <b>+zoom</b>					13:30～14:45 アシュタंगा基本 あ や <b>+zoom</b>	13:30～14:45 Power Vinyasa Flow <b>Bilingual</b> ⑥① Joey/ジヨーイ
					15:10～16:25 アイアンガーヨガ⑥ 植村由理 <b>+zoom</b>	15:10～16:25 Basic Ashtanga <b>Bilingual</b> ⑥① Tom
19:00～20:15 アシュタंगा基本 あゆみ	19:00～20:15 Power Vinyasa Flow <b>Bilingual</b> ⑥① Joey/ジヨーイ	19:30～21:30 マイソール Shoko	19:00～21:00 マイソール あ や <b>+zoom</b>		17:00～18:15 ハーフプライマリー フミエ	17:00～18:15 SLOW-FLOW YOGA Shoko <b>+zoom</b>

**2025/12/10更新**

月	火	水	木	金	土	日
<b>早朝マイソールクラス ①⑤ 5:30~8:30 +zoom</b> <b>12月1(月), 2(火), 3(水), 4(木), 9(火), 10(水), 11(木), 12(金), 25(木), 26(金), 27(土), 29(月) (12日間)</b> <b>1月6(火), 7(水), 8(木), 9(金), 10(土), 12(月), 13(火), 14(水), 15(木), 16(金), 20(火), 21(水) (12日間)</b> ※参加日当日は、5:30am~7:15amまでにIYC表参道スタジオ2階又はzoomのアドレスよりお入りください。 ケンハラクマ早朝マイソールパス または ドロップイン4,000円 または IYCチケット1枚+1,200円						
<b>12/9, 30 1/6,13,20</b> <b>10:30~12:00</b> フルプライマリー⑤① <b>+zoom</b>		<b>12/10 1/7,14,21</b> <b>10:30~12:00</b> ハーフプライマリー⑤① <b>+zoom</b>				
<b>12/9 1/6,13,20</b> <b>19:00~20:30</b> マイソール ⑤① <b>+zoom</b>		＊開催日程は都合により変更する場合がありますので随時ご確認ください。 ケン・ハラクマ スケジュール <a href="https://iyc.jp/kenharakuma/schedule">https://iyc.jp/kenharakuma/schedule</a>				