

※ ㊦ : English ㊦ : Japanese ※+zoom (this class will be taught in the studio and via zoom)

IYC 表参道 1Fスタジオ							2023/1/15更新
月	火	水	木	金	土	日	
2/6 スタート 9:00~10:15 アイアンガーヨガ㊦ 植村由理 +zoom	9:00~10:15 SLOW-FLOW YOGA ゆかり +zoom	9:00~10:15 アシュタンガ基本 フミエ	9:00~10:15 マイソール初級 フミエ		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 ミカ +zoom	
10:35~11:50 ハタヨガ UMiN +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual Yoko㊦㊦ +zoom	10:35~11:50 ハーフプライマリー Mai +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ +zoom	9:55~11:10 アシュタンガ基本 あおい	9:45~11:00 Hatha Yoga Bilingual ㊦㊦ Tom +zoom	
12:10~13:25 陰ヨガ(※) リサ +zoom		12:30~14:00 マイソール なつみ			11:30~13:00 マイソール初級 ㊦ あおい	11:30~13:00 マイソール ㊦ モモ +zoom	
13:45~15:15 マイソール リサ +zoom	14:30~16:00 ハタヨガ ミエコ				13:30~14:45 陰ヨガ あおい	13:30~14:45 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ Joey/ジヨーイ	
		17:45~19:00 ハタヨガ Ayano +zoom			15:10~16:40 マイソール さなえ	15:10~16:25 Hatha Yoga Bilingual ㊦㊦ Tom +zoom	
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ Joey/ジヨーイ +zoom	19:30~21:30 マイソール Shoko +zoom	19:00~21:00 マイソール ミカ +zoom	18:30~19:45 Hatha Yoga Bilingual ㊦㊦ Tom +zoom	17:00~18:15 ハーフプライマリー フミエ	17:00~18:15 SLOW-FLOW YOGA Shoko +zoom	

IYC 表参道 2Fスタジオ ケンハラクマ クラス							2023/1/23更新
月	火	水	木	金	土	日	
<p>早朝マイソールクラス ㊦㊦ +zoom</p> <p>1/4(水), 5(木), 6(金), 7(土), 8(日), 9(月), 10(火), 11(水), 12(木), 13(金), 30(月), 31(火)(12日間)</p> <p>2/1(水), 2(木), 3(金), 5(日), 7(火), 8(水), 9(木), 10(金), 12(日), 14(火), 15(水), 16(木) (12日間)</p> <p>5:30~8:30 ※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。</p> <p>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</p>							
	1/31, 2/7, 14 10:30~12:00 フルプライマリー㊦㊦ +zoom	2/1, 8, 15 10:30~12:00 ハーフプライマリー㊦㊦ +zoom					
	1/31, 2/7, 14 19:00~20:30 マイソール ㊦㊦ +zoom						
						 <p>ケン・ハラクマ スケジュール https://iyc.jp/kenharakuma/schedule</p>	