

IYC 表参道 1Fスタジオ							2024/7/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
		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	9:00~10:15 アシュタンガ基本 乾ふみな +zoom	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 +zoom	
9:30~11:00 フルプライマリー ㊦ のりたま +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ㊦㊦ Yoko +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 土屋あおい	9:45~11:00 Functional yoga training ㊦ Bilingual ㊦㊦ Tom	
11:20~12:35 陰ヨガ(※) リサ +zoom	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 Bilingual ㊦㊦ Yoko +zoom		11:30~13:00 マイソール初級 ㊦ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール ㊦ モモ +zoom	
13:00~15:00 マイソール リサ +zoom					13:30~14:45 陰ヨガ 土屋あおい	13:30~14:45 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ Joey/ジヨーイ	
						15:10~16:25 Basic Ashtanga 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	19:30~21:30 マイソール Shoko +zoom	19:00~21:00 マイソール ミカ +zoom	19:00~20:15 ハタヨガ ㊦ Ayano	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							2024/7/15更新
月	火	水	木	金	土	日	
<p>早朝マイソールクラス ㊦㊦ +zoom 7月2(火), 3(水), 4(木), 16(火), 17(水), 18(木), 19(金), 23(火), 24(水), 25(木), 30(火), 31(水) (12日間) 8月1(木), 2(金), 6(火), 7(水), 8(木), 9(金), 13(火), 14(水), 27(火), 28(水), 29(木), 30(金) (12日間) 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。 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>							
	7/16, 23, 30 8/6,13,27 10:30~12:00 フルプライマリー ㊦㊦ +zoom	7/17, 24, 31 8/7,14,28 10:30~12:00 ハーフプライマリー ㊦㊦ +zoom					
	7/16, 23, 30 8/6,13,27 19:00~20:30 マイソール ㊦㊦ +zoom						

