

※ ㊦ : English ㊩ : Japanese ※+zoom (this class will be taught in the studio and via zoom) ※🔗 : クラス案内ページのリンク

IYC 表参道 1Fスタジオ							2026/3/15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 ハープライマリー ai +zoom	
9:45~11:00 アシュタンガ基本㊦ 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	10:35~11:50 アクティブシリーズ 濱田麻矢	10:35~12:05 ハープライマリー あゆみ +zoom	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> 🔗 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		11:45~13:00 陰ヨガ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール ㊦ モモ +zoom 2/8-4/5 代講:なつみ	
13:00~15:00 マイソール リサ +zoom						13:30~14:45 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊩ Joey/ジョーイ	
					4/4 スタート 15:10~16:25 マイソール初級 フミエ	15:10~16:25 Basic Ashtanga Bilingual ㊦㊩ Tom	
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊩ Joey/ジョーイ	19:30~21:30 マイソール Shoko	19:00~21:00 マイソール あや +zoom		17:00~18:15 ハープライマリー 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							2026/3/24更新
月	火	水	木	金	土	日	
早朝マイソールクラス ㊩㊦ 5:30~8:30 +zoom 3月4(水), 5(木), 6(金), 10(水), 11(水), 12(木), 13(金), 17(火), 18(水), 19(木), 24(火), 25(水) (12日間) 4月11(土), 13(月), 14(火), 15(水), 16(木), 18(土), 20(月), 21(火), 22(水), 23(木), 28(火), 29(水) (12日間) ※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							
	3/24 4/14, 21, 28 10:30~12:00 フルプライマリー㊦㊩ +zoom	3/25 4/15, 22, 29 10:30~12:00 ハープライマリー㊦㊩ +zoom				 *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 https://iyc.jp/kenharakuma/schedule	
	3/24 4/14, 21, 28 19:00~20:30 マイソール ㊦㊩ +zoom						