

## IYC 神保町 スタジオ

2021/1/9更新

	月	火	水	木	金	土	日
6F						7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール タナカユキ	7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール ショウゴ
5F						8:00~9:15 Basic Yoga Eriko ㊦㊩ <b>+zoom</b>	
6F	10:30~12:30 マイソール ㊦ モモ <b>+zoom</b>	10:00~12:00 マイソール ミカ <b>+zoom</b>	10:30~12:30 マイソール みぎわ	10:00~12:00 マイソール ミカ <b>+zoom</b>	10:00~12:00 マイソール メグミ	10:00~12:00 マイソール ミカ <b>+zoom</b>	10:00~12:00 マイソール ミカ <b>+zoom</b>
5F		10:00~11:15 Ashtanga Half Primary(Led) Ran ㊫㊩ <b>+zoom</b>	10:00~11:15 Ashtanga Half Primary(Led) Yoko ㊦㊩ <b>+zoom</b>	10:00~11:15 Ashtanga Half Primary(Led) Yoko ㊦㊩ <b>+zoom</b>	10:00~11:15 Beginner's Hatha Chiaki ㊦㊩ <b>+zoom</b>	10:00~11:15 Hatha Yoga Eriko ㊦㊩ <b>+zoom</b>	
6F	<b>NEW 1/11 スタート</b> 13:00~14:15(75分) アシュタンガ基本 石下久美子 <b>+zoom</b>	12:30~14:30 マイソール ㊦ 井上りえこ		12:30~14:00 陰ヨガ ミカ <b>+zoom</b>		12:30~14:30 マイソール ㊦ 井上りえこ	12:30~14:30 マイソール メグミ
5F		<b>NEW 1/12 スタート</b> 13:15~14:30 Vinyasa Flow Ran ㊫㊩	13:15~14:30 Yogic Arts Yoko ㊦㊩	13:15~14:30 Yin Yoga Yoko ㊦㊩		13:00~14:15 Basic Yoga Eriko ㊦㊩ <b>+zoom</b>	
6F	15:00~17:00 マイソール ㊦ 井上りえこ		<b>NEW 3/3 スタート</b> 15:00~17:00 マイソール ㊦ 井上りえこ			15:00~16:30 フルプライマリー あや <b>+zoom</b>	15:00~16:30 ハーフプライマリー 岡本めぐみ <b>+zoom</b>
5F						15:30~16:45 Beginner's Yoga with aroma Miho ㊦㊩ <b>+zoom</b>	
6F	<b>18:45~20:00</b> アシュタンガ基本 川上万利子 <b>+zoom</b>	<b>18:30~20:00</b> マイソール初級 ㊦ Mari.T	<b>18:45~20:00</b> アイアンガー-ヨガ ㊦ 植村由理 <b>+zoom</b>	<b>18:30~20:00</b> マイソール初級 きよこ	<b>18:30~20:00</b> マイソール初級 ㊦ Mari.T		
5F							

※1/8(金)~緊急事態宣言の期間中、下記クラスは休講です。  
毎週水曜日 19:00-20:15 Rhythm and Flow(Nao)

※1/8(金)~緊急事態宣言の期間中、下記クラスはzoom(オンラインクラス)のみとなります。スタジオクラスはお休みです。  
毎週月曜日 19:00-20:15 Vinyasa Flow(Joey)