

※㊦ : English instructions can be accommodated. ※+zoom : zoom同時配信クラスです

千代田区飯田橋2-14-1文弘社ビル2階

IYC 九段飯田橋 スタジオ

2021/4/3更新

月	火	水	木	金	土	日
7:00～9:30 (6:30ドアオープン) マイソール ミカ +zoom	7:00～9:30 (6:30ドアオープン) マイソール リサ	7:00～9:00 (6:30ドアオープン) マイソール あゆみ	7:00～11:00 (6:30ドアオープン) 1部7:00 / 2部 9:00 マイソール リサ	7:00～9:00 (6:30ドアオープン) マイソール ショウゴ	7:00～9:00 (6:30ドアオープン) マイソール リサ	7:00～9:00 (6:50ドアオープン) マイソール初級 ㊦ Mari.T
10:00～11:30 陰ヨガ ミカ +zoom	10:00～11:30 ハーフプライマリー リサ	10:00～12:00 マイソール ミカ +zoom	11:20～12:35 (75分) 陰ヨガ リサ	10:00～11:30 マイソール なつみ +zoom	9:15～10:30 (75分) アシュタンガ基本 リサ	9:15～10:30 (75分) アシュタンガ基本 メグミ
12:00～13:30 マイソール ミカ +zoom	NEW 12:00～13:30 マイソール初級 まりお	12:20～13:50 フルプライマリー リサ +zoom	13:00～14:30 マイソール ㊦ 井上りえこ	12:00～13:15(75分) アシュタンガ基本 まりお	11:00～12:30 ハーフプライマリー タナカユキ	11:00～12:30 フルプライマリー ショウゴ
14:00～15:30 ハーフプライマリー ショウゴ		14:30～15:45(75分) アシュタンガ基本 まりお	16:30～17:45 (75分) アシュタンガ基本 あさよ	14:00～15:30 ハーフプライマリー ショウゴ	12:50～14:20 陰ヨガ ミカ +zoom	13:00～14:30 ハーフプライマリー あゆみ
18:20～19:35 (75分) 陰ヨガ メグミ	18:20～19:35 (75分) アシュタンガ基本 あや +zoom	18:20～19:35 (75分) ハーフプライマリー メグミ	18:20～19:35 (75分) ハーフプライマリー あさよ	18:20～19:35 (75分) 陰ヨガ メグミ	15:00～16:30 マイソール初級 よしえ	NEW 4/11 スタート 15:00～16:15(75分) アシュタンガ基本 マツダレイコ
20:00～21:15(75分) ハーフプライマリー メグミ	20:00～21:30 フルプライマリー あや +zoom		20:00～21:15(75分) ハタヨガ つじせいこ 4/29 終了	20:00～21:15(75分) ハーフプライマリー 川上万利子 +zoom	17:00～18:15 アシュタンガ基本 ㊦ たつろう +zoom	17:00～19:00 マイソール ㊦ キエ