

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

IYC 九段飯田橋 スタジオ 定員23名							2022/5/1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 +zoom	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 +zoom	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	10:00~11:15 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 陰ヨガ(※) リサ +zoom	10:00~11:30 マイソール なつみ +zoom	9:15~10:30 アシタンガ基本 リサ	9:15~10:30 アシタンガ基本 メグミ	
12:00~13:30 マイソール ミカ +zoom	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	13:30~15:00 ハーフプライマリー マツダレイコ	12:00~13:15 アシタンガ基本 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	14:00~15:30 ハーフプライマリー まりお	14:30~15:45 アシタンガ基本 まりお	16:30~17:45 アシタンガ基本 あさよ	14:00~15:30 ハーフプライマリー ショウゴ		13:00~14:30 ハーフプライマリー メグミ	
18:20~19:35 陰ヨガ メグミ	18:20~19:35 アシタンガ基本 あや +zoom	18:20~19:35 ハーフプライマリー メグミ	18:15~19:45 マイソール あさよ		15:00~16:30 マイソール初級 よしえ	15:00~16:15 アシタンガ基本 マツダレイコ	
20:00~21:15 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				17:00~18:15 アシタンガ基本 ㊦ たつろう +zoom		