

※<sup>Ⓔ</sup> : English instructions can be accommodated. ※+zoom : zoom同時配信クラスです

IYC 世田谷 スタジオ							2021/1/9更新
月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 池田枝里香 <b>+zoom</b>	10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 石下久美子 <b>+zoom</b>	10:30~11:45 (75分) ハタヨガ Kazu	10:30~12:00 マイソール初級 あゆみ <b>1/21から時間、クラス変更↓</b> <b>10:30~12:30</b> <b>マイソール</b>	10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 池田枝里香 <b>+zoom</b>	10:30~11:45 アシュタンガ基本 きよこ	10:30~11:45 (75分) ハーフプライマリー <sup>Ⓔ</sup> あおい	
12:30~13:45 (75分) ハタヨガ 池田枝里香 <b>+zoom</b>	<b>NEW 1/19 スタート</b> <b>12:30~13:45 (75分)</b> 陰ヨガ ゆかり <b>+zoom</b>	12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 Ayami <b>+zoom</b>		12:30~13:45 (75分) ハタヨガ 池田枝里香 <b>+zoom</b>	12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 川上万利子	12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 あおい	
<b>NEW 1/18 スタート</b> <b>14:30~15:45 (75分)</b> <b>SLOW-FLOW YOGA</b> ゆかり <b>+zoom</b>	14:30~15:45 (75分) ピラティス Ayami <b>+zoom</b>				14:30~15:45 (75分) キレイになるヨガ 石下久美子 <b>+zoom</b>	<b>NEW 1/17 スタート</b> <b>14:30~15:45 (75分)</b> <b>SLOW-FLOW YOGA</b> ゆかり <b>+zoom</b>	
			<b>18:45~20:00</b> ハタヨガ PIKA		<b>18:45~20:00</b> ハタヨガ 石下久美子 <b>+zoom</b>		