

※[Ⓔ] : English instructions can be accommodated. ※+zoom : zoom同時配信クラスです ※🔗 : クラス案内ページのリンク

| IYC 世田谷 スタジオ | | | | | | | 2023/5/21更新 |
|--|---|--|------------------------------|--|--|--|-------------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| | | | | 7:00~8:30 (6:30ドアオープン) マイソール きよこ | 7:30~9:30 マイソール あゆみ | 8:30~10:00 フルプライマリー [Ⓔ] あおい | |
| 10:30~11:45 アシュタンガ基本 池田枝里香 +zoom | 10:30~11:45 ハーフプライマリー 石下久美子 +zoom | | 10:30~12:30 マイソール あゆみ | 10:30~11:45 アシュタンガ基本 池田枝里香 +zoom | 10:30~11:45 アシュタンガ基本 きよこ | 10:30~11:45 ハーフプライマリー [Ⓔ] あおい | |
| 12:30~13:45 ハタヨガ🔗 池田枝里香 +zoom | 12:30~13:45 陰ヨガ ゆかり +zoom | 12:30~13:45 アシュタンガ基本 Ayami +zoom | | 12:30~13:45 ハタヨガ🔗 池田枝里香 +zoom | 12:30~13:45 ハーフプライマリー 川上万利子 | 12:30~13:45 アシュタンガ基本 あおい | |
| NEW 14:30~15:45 ピラティス&ヨガ Ayami +zoom | | | | | 14:30~15:45 キレイになるヨガ 石下久美子 +zoom | 14:30~15:45 ハタヨガ🔗 ナミ +zoom 6/25 終了 | |
| | | | 19:00~20:15 ハタヨガ🔗 PIKA | | 18:45~20:00 ハタヨガ🔗 石下久美子 +zoom | 16:15~17:30 陰ヨガ ナミ +zoom 6/25 終了 | |

駐輪・駐車場はありません。公共交通機関のご利用をお願いいたします。近隣の皆さまのご迷惑となりますので、公園や周辺道路に自転車を置かないようお願いいたします。