

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

IYC 世田谷 スタジオ						2023/3/14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
4/3 スタート 14:30~15:45 ピラティス&ヨガ Ayami +zoom	14:30~15:45 ピラティス&ヨガ Ayami +zoom 3/28 終了				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
			18:45~20:00 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

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。