

IYC 神保町 6F・5F スタジオ

2024/4/16更新

	月	火	水	木	金	土	日
6F	7:00~9:00 (6:30ドアオープン) マイソール さなえ				7:00-9:00 (6:30ドアオープン) マイソール a i	7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール タナカユキ	7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール ショウゴ
5F						8:00~9:15 Basic Yoga Eriko ㊦㊩ +zoom	8:15~9:30 ハーフプライマリー あや +zoom
6F	10:30~12:30 マイソール ㊦ モモ +zoom	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~11:30 フルプライマリー ㊦ のりたま	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~12:00 マイソール メグミ	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom
5F		10:00~11:30 Ashtanga Half Primary(Led) Ran ㊫㊩	10:00~11:15 陰ヨガ(※) マツダレイコ	10:00~11:15 Ashtanga Half Primary(Led) Yoko ㊦㊩ +zoom		10:00~11:15 Hatha Yoga ㊗ Eriko ㊦㊩ +zoom	
6F	13:00~14:15 ハーフプライマリー ゆかり +zoom	12:30~13:45 陰ヨガ ミカ +zoom	13:15~14:30 アシュタンガ基本 後藤ユカリ	12:30~13:45 陰ヨガ ミカ +zoom 5/9 終了	12:30~13:45 ハタヨガ ㊗ Mai +zoom	12:30~14:00 陰ヨガ ミカ +zoom	4/21 スタート 12:30~13:45 陰ヨガ Kyoko
5F	13:15~14:30 ハタヨガ ㊗ Mai +zoom	13:00-14:30 フルプライマリー 後藤ユカリ	13:15~14:30 Yogic Arts Yoko ㊦㊩	13:15~14:30 アシュタンガ基本 a i 4/25 終了	13:15~14:30 ハーフプライマリー ゆかり +zoom	13:00~14:15 Basic Yoga Eriko ㊦㊩ +zoom	
6F	15:00~17:00 マイソール ㊦ 井上りえこ					15:15~16:30 ハタヨガ ㊗ Mai +zoom	14:30~16:00 マイソール初級 のぶ
5F	15:00~16:15 SLOW-FLOW YOGA ゆかり +zoom				15:00~16:15 陰ヨガ ゆかり +zoom	5/4 スタート 15:15~16:45 ハーフプライマリー マツダレイコ	
6F	19:00~20:30 フルプライマリー 川上万利子 +zoom	18:45~20:30 マイソール初級 ㊦ Mari.T	19:00~20:15 アイアンガーヨガ ㊦ 植村由理 +zoom	19:00~20:15 アシュタンガ基本 夕佳	18:45~20:30 マイソール初級 ㊦ Mari.T	17:15~18:30 アシュタンガ基本 Mai +zoom	
5F			19:00~20:45 マイソール さなえ	19:00~20:15 陰ヨガ ナミ +zoom	19:00~20:45 マイソール さなえ	17:15~18:30 陰ヨガ kimi +zoom	