

IYC 表参道 1Fスタジオ							2024/4/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
		9:00~10:15 アシュタンガ基本 フミエ	9:00~10:15 マイソール初級 フミエ	9:00~10:15 アシュタンガ基本 乾ふみな +zoom	8:00~9:30 マイソール初級 フミエ	4/21 スタート 8:00~9:15 ハーフプライマリー ai	
9:30~11:00 フルプライマリー ㊦ のりたま	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ㊦① Yoko +zoom	10:35~11:50 ハーフプライマリー Mai +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ +zoom	9:55~11:10 アシュタンガ基本 土屋あおい	9:45~11:00 Functional yoga training ㊦ Bilingual ㊦① Tom	
11:20~12:35 陰ヨガ(※) リサ +zoom	12:30~13:45 陰ヨガ(※) マツダレイコ	12:30~14:00 マイソール なつみ	12:30~13:45 Yin Yoga Bilingual ㊦① Yoko +zoom		11:30~13:00 マイソール初級 ㊦ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール ㊦ モモ +zoom	
13:00~15:00 マイソール リサ +zoom					13:30~14:45 陰ヨガ 土屋あおい	13:30~14:45 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦① Joey/ジヨーイ	
						15:10~16:25 Basic Ashtanga Bilingual ㊦① Tom +zoom	
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦① Joey/ジヨーイ	19:30~21:30 マイソール Shoko +zoom	19:00~21:00 マイソール ミカ +zoom	19:00~20:15 ハタヨガ ㊦ Ayano	17:00~18:15 ハーフプライマリー フミエ	17:00~18:15 SLOW-FLOW YOGA Shoko +zoom	

IYC 表参道 2Fスタジオ ケンハラクマ クラス							2024/4/15更新
月	火	水	木	金	土	日	
早朝マイソールクラス ①㊦ +zoom 4月2(火), 3(水), 4(木), 9(火), 10(水), 11(木), 12(金), 16(火), 17(水), 18(木), 19(金), 30(火)(12日間) 5月1(水), 2(木), 7(火), 8(水), 21(火), 22(水), 23(木), 27(月), 28(火), 29(水), 30(木), 31(金) (12日間) 5:30~8:30 ※参加日当日は、5:30am~7:15amまでにIYC表参道スタジオ2階又はzoomのアドレスよりお入りください。 ケンハラクマ早朝マイソールパス または ドロップイン4,000円 または IYCチケット1枚+1,200円							
	4/16, 30 5/7,21,28 10:30~12:00 フルプライマリー㊦① +zoom	4/17 5/1,8,22,29 10:30~12:00 ハーフプライマリー㊦① +zoom				 ケン・ハラクマ スケジュール https://iyc.jp/kenharakuma/schedule	
	4/16, 30 5/7,21,28 19:00~20:30 マイソール ㊦① +zoom						