

※<sup>Ⓔ</sup> : 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                                   |                                          |                                             |                                      |                                                |                                   | 2024/7/1更新                                   |
|------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------|
| 月                                              | 火                                        | 水                                           | 木                                    | 金                                              | 土                                 | 日                                            |
|                                                |                                          |                                             |                                      | 7:00～8:30<br>(ドアオープン6:30)<br>マイソール初級<br>きよこ    | 7:30～9:30<br>マイソール<br>あゆみ         | 8:30～10:00<br>フルプライマリー <sup>Ⓔ</sup><br>土屋あおい |
| 10:30～11:45<br>アシュタンガ基本<br>池田枝里香<br>+zoom      | 10:30～11:45<br>ハーフプライマリー<br>ゆかり<br>+zoom | 10:30～11:45<br>アシュタンガ基本<br>Ayami<br>+zoom   | 10:30～12:30<br>マイソール<br>あゆみ          | 10:30～11:45<br>アシュタンガ基本<br>池田枝里香<br>+zoom      | 10:30～11:45<br>アシュタンガ基本<br>きよこ    | 10:30～11:45<br>アシュタンガ基本<br>土屋あおい             |
| 12:30～13:45<br><u>ハタヨガ</u> 🔗<br>池田枝里香<br>+zoom | 12:30～13:45<br>陰ヨガ<br>ゆかり<br>+zoom       | 12:30～13:45<br>ピラティス&ヨガ<br>Ayami<br>+zoom   |                                      | 12:30～13:45<br><u>ハタヨガ</u> 🔗<br>池田枝里香<br>+zoom | 12:30～13:45<br>ハーフプライマリー<br>川上万利子 |                                              |
|                                                |                                          | 14:30～15:45<br><u>ハタヨガ</u> 🔗<br>ナミ<br>+zoom |                                      |                                                | 14:30～15:45<br>陰ヨガ<br>ナミ<br>+zoom |                                              |
|                                                |                                          |                                             | 19:00～20:15<br><u>ハタヨガ</u> 🔗<br>PIKA |                                                |                                   |                                              |

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。