

IYC 表参道 1Fスタジオ							2024/10/1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	8:00~9:15 ハーフプライマリー ai +zoom	
9:30~11:00 フルプライマリー ㊦ のりたま +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ㊦㊦ Yoko +zoom		10:35~12:05 マイソール あゆみ +zoom	9:50~11:20 マイソール初級 土屋あおい	9:45~11:00 Functional yoga training ㊦ Bilingual ㊦㊦ 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 ㊦㊦ Yoko +zoom		11:45~13:00 陰ヨガ 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 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ Joey/ジョーイ	
						15:10~16:25 Basic Ashtanga Bilingual ㊦㊦ 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 ㊦㊦ Joey/ジョーイ	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							2024/10/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
早朝マイソールクラス ㊦㊦ +zoom 10月1(火), 2(水), 3(木), 8(火), 9(水), 10(木), 15(火), 16(水), 17(木), 29(火), 30(水), 31(木) (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							
	10/1, 8, 15, 29 10:30~12:00 フルプライマリー㊦㊦ +zoom	10/2, 9, 16, 30 10:30~12:00 ハーフプライマリー㊦㊦ +zoom					
	10/1, 8, 15, 29 19:00~20:30 マイソール ㊦㊦ +zoom						

