

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