

※<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							2024/10/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
		<b>NEW</b> 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 <sup>Ⓔ</sup> 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 <sup>🔗</sup> 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 <sup>🔗</sup> 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 <sup>🔗</sup> ナミ +zoom			14:30~15:45 陰ヨガ ナミ +zoom		
			19:00~20:15 ハタヨガ <sup>🔗</sup> 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。