

※[Ⓔ] : 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						2024/11/2更新
月	火	水	木	金	土	日
		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 <u>ハタヨガ</u> 🔗 池田枝里香 +zoom		12:30～13:45 ピラティス&ヨガ Ayami		12:30～13:45 <u>ハタヨガ</u> 🔗 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 <u>ハタヨガ</u> 🔗 ナミ +zoom			14:30～15:45 陰ヨガ ナミ +zoom	
			19:00～20:15 <u>ハタヨガ</u> 🔗 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。