



※<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 <span style="float: right;">2025/3/1更新</span>						
月	火	水	木	金	土	日
		9:00~10:15 ピラティス&ヨガ Ayami <b>+zoom</b> <b>3/26 終了</b>		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 Ayami <b>+zoom</b>	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 <b>+zoom</b>	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 ピラティス&ヨガ Ayami			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 <b>+zoom</b>			14:30~15:45 陰ヨガ ナミ <b>+zoom</b>	
			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。