IYC 表参道 1Fスタジオ 2025/11/1更新					
火	水	木	金	±	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 a i +zoom
10:35〜12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ©① 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 Ø Bilingual ©① Tom
12:30〜13:45 陰ヨガ <b>(※)</b> マツダレイコ	12:30〜14:00 マイソール なつみ	12:30~13:45 Yin Yoga <b>Bilingual</b> ⑤① Yoko +zoom		11:45〜13:00 陰ヨガ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール ⑥ モモ +zoom
				13:30〜14:45 アシュタンガ基本 あ や +zoom	13:30~14:45 Power Vinyasa Flow <b>Bilingual</b> ⑤① Joey/ジョーイ
				15:10〜16:25 アイアンガーヨガ© 植村由理 +zoom	15:10∼16:25 Basic Ashtanga <b>Bilingual ©</b> ① Tom
	19:30~21:30 マイソール	19:00~21:00 マイソール		17:00〜18:15 ハーフプライマリー	17:00∼18:15 SLOW-FLOW YOGA
Bilingual ©① Joey/ジョーイ	Shoko	あや +zoom		フミエ	Shoko +zoom
IYC 表参道 2 Fスタジオ ケンハラクマ クラス 2025/11/1更新					
火	水	木	金	±	B
<b>11月4(火), 5(水), 6(木), 1</b> ※参加日当日は、5:30am~	<b>0(月), 11(火), 12(水), 13(</b> 7:15amまでにIYC表参道スタ	<b>木), 24(月), 25(火), 26(水</b> ジオ2階又はzoomのアドレス	スよりお入りください。		□ 「「・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	10:35~12:05 マイソール あゆみ 12:30~13:45 陰ヨガ(※) マツダレイコ 19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ®① Joey/ジョーイ 火 早朝マイソールクラス 11月4(火), 5(水), 6(木), 1 ※参加日当日は、5:30am~ ケンハラクマ早朝マイソール 11/4, 11, 25 10:30~12:00 フルプライマリー®① +zoom 11/4, 11, 25 19:00~20:30	火 水 9:00~10:15 アシュタンガ基本 フミエ  10:35~12:05 マイソール あゆみ Bilingual ®① Yoko +zoom  12:30~13:45 陰ヨガ(※) マツダレイコ おつみ  12:30~14:00 マイソール なつみ  IYC 表参道 2 火 早朝マイソールクラス ②® 5:30~8:30 + 11月4(火), 5(水), 6(木), 10(月), 11(火), 12(水), 13( ※参加日当日は、5:30am~7:15amまでにIYC表参道スタケンハラクマ早朝マイソールパス または ドロップイン・ 11/4, 11, 25 10:30~12:00 フルブライマリー®① +zoom  11/4, 11, 25 19:00~20:30	火         水         木           9:00~10:15 アシエタンガ基本 フミエ         9:00~10:15 マイソール初級 フミエ           10:35~12:05 マイソール あゆみ Bilingual ®① Yoko +zoom         12:30~13:45 Bilingual ®② Yoko +zoom         12:30~13:45 Yin Yoga Bilingual ®② Yoko +zoom           19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ®③ Joey/ジョーイ         19:30~21:30 マイソール まつか Bilingual ®③ Joey/ジョーイ         19:00~21:00 マイソール マイソール ラトルのの           19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ®③ Joey/ジョーイ         19:00~21:00 マイソール テンのの         マイソール マイソール マイソール マイソール ラス・シャンのの           19:00~21:00 フトノラクマ早朝マイソールクラス ③® 5:30~8:30 フルプライマリー®④ +zoom         11/5, 12 10:30~12:00 フルプライマリー®④ +zoom         11/5, 12 10:30~12:00 フルプライマリー®④ +zoom         11/5, 12 10:30~12:00 フルフプライマリー®④ +zoom         11/5, 12 10:30~12:00 フルフプライマリー®④ +zoom	火         木         金           9:00~10:15         9:00~10:15         9:00~10:15           アシュタンガ基本 フミエ         フミエ         サシュタンガ基本 乾ぶみな +200m           10:35~12:05 マイソール あゆみ         10:35~12:05 Half Primary Bilingual ®① Yoko +200m         10:35~12:05 マイソール おゆみ +200m           12:30~13:45 陰ヨガ(※)         12:30~13:40 マイソール おつみ         12:30~13:45 Win Yoga Bilingual ®① Yoko +200m           19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ®① Joey/ジョーイ         19:00~21:00 マイソール Shoko         マイソール スクレール サンロール サンロール サンロール フラス         19:00~21:00 マイソール マイソール フラス         カンハラクマ クラス 本 金           早朝マイソールクラス ③⑥ 大クハトラクマはいイソールクラス ③⑥ 大クハトラクマはいイソールクラス ③⑥ 大クハトラクマはいイントルバス または ドロップイン4,000円 オンローラフマはいインールバス または ドロップイン4,000円 または ドロ・アナケット1枚+1,200円         11/4, 11, 25 10:30~12:00 フルブライマリー®③ +200m         11/5, 12 10:30~12:00 ハーフブライマリー®④ +200m         11/4, 11, 25 19:00~20:30	火   水   木   金   土