

※ ㊦ : English ㊦ : Japanese ※+zoom (this class will be taught in the studio and via zoom) ※🔗 : クラス案内ページのリンク

IYC 表参道 1Fスタジオ							2025/11/1更新
月	火	水	木	金	土	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 ハーブプライマリー a i +zoom	
9:45~11:00 アシュタンガ基本㊦ のりたま +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ㊦㊦ 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🔗 Bilingual ㊦㊦ Tom	
11:20~12:35 陰ヨガ(※) リサ +zoom	12:30~13:45 陰ヨガ(※) マツダレイコ	12:30~14:00 マイソール なつみ	12:30~13:45 Yin Yoga Bilingual ㊦㊦ Yoko +zoom		11:45~13:00 陰ヨガ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール ㊦ モモ +zoom	
13:00~15:00 マイソール リサ +zoom					13:30~14:45 アシュタンガ基本 あや +zoom	13:30~14:45 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ 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 Bilingual ㊦㊦ Tom	
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ㊦㊦ Joey/ジョーイ	19:30~21:30 マイソール Shoko	19:00~21:00 マイソール あや +zoom		17:00~18:15 ハーブプライマリー フミエ	17:00~18:15 SLOW-FLOW YOGA Shoko +zoom	

IYC 表参道 2Fスタジオ ケンハラクマ クラス							2025/11/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
早朝マイソールクラス ㊦㊦ 5:30~8:30 +zoom 11月4(火), 5(水), 6(木), 10(月), 11(火), 12(水), 13(木), 24(月), 25(火), 26(水), 27(木), 28(金) (12日間) ※参加日当日は、5:30am~7:15amまでにIYC表参道スタジオ2階又はzoomのアドレスよりお入りください。 ケンハラクマ早朝マイソールパス または ドロップイン4,000円 または IYCチケット1枚+1,200円							
	11/4, 11, 25 10:30~12:00 フルプライマリー㊦㊦ +zoom	11/5, 12 10:30~12:00 ハーブプライマリー㊦㊦ +zoom					 ケン・ハラクマ スケジュール https://iyc.jp/kenharakuma/schedule
	11/4, 11, 25 19:00~20:30 マイソール ㊦㊦ +zoom						