

※ ⑤ : English ① : 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						2025/12/1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 ハーフプライマリー a i +zoom
9:45~11:00 アシュタンガ基本⑥ のりたま +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ⑥① 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 ⑥① 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 ⑥① 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
13:00~15:00 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 ⑥① Joey/ジョーイ
					15:10~16:25 アイアンガーヨガ⑥ 植村由理 +zoom	15:10~16:25 Basic Ashtanga Bilingual ⑥① Tom
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ⑥① 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 ハーフプライマリー 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						2025/12/14更新
月	火	水	木	金	土	日
<div>早朝マイソールクラス ①㊥ 5:30～8:30 +zoom</div> <div>12月1(月), 2(火), 3(水), 4(木), 9(火), 10(水), 11(木), 12(金), 25(木), 26(金), 27(土), 29(月) (12日間)</div> <div>1月6(火), 7(水), 8(木), 9(金), 10(土), 12(月), 13(火), 14(水), 15(木), 16(金), 20(火), 21(水) (12日間)</div> <div>※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。</div> <div>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</div>						
	<div>12/30 1/6,13,20</div> <div>10:30～12:00</div> <div>フルブライマリー㊥①</div> <div>+zoom</div>	<div>1/7, 14, 21</div> <div>10:30～12:00</div> <div>ハーフブライマリー㊥①</div> <div>+zoom</div>				<div></div> <div>*開催日程は都合により変更する場合がありますので随時ご確認ください。</div> <div>ケン・ハラクマ スケジュール</div> <div><a href="https://iyc.jp/kenharakuma/schedule">https://iyc.jp/kenharakuma/schedule</a></div>
	<div>1/6, 13, 20</div> <div>19:00～20:30</div> <div>マイソール ㊥①</div> <div>+zoom</div>					