

IYC 表参道 1Fスタジオ

2026/1/18更新

月	火	水	木	金	土	日
		9:00~10:15 アシュタンガ基本 フミ工	9:00~10:15 マイソール初級 フミ工	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 フミ工	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⑩ のりたま +zoom	10:35~12:05 マイソール あゆみ	10:35~12:05 Half Primary Bilingual ⑩① Yoko +zoom		10:35~12:05 マイソール 2/6からクラス変更↓ ハーフプライマリー あゆみ +zoom	9:50~11:20 マイソール初級 土屋あおい	9:45~11:00 <u>Functional</u> <u>yoga training</u> 🔗 Bilingual ⑩① 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 ⑩① Yoko +zoom		11:45~13:00 陰ヨガ 土屋あおい	11:30~13:00 マイソール⑩ モモ +zoom 2/8-4/5 代講:なつみ
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 ⑩① Joey/ジョーイ
					15:10~16:25 アイアンガーヨガ⑩ 植村由理 +zoom	15:10~16:25 Basic Ashtanga Bilingual ⑩① Tom
19:00~20:15 アシュタンガ基本 あゆみ	19:00~20:15 Power Vinyasa Flow Bilingual ⑩① 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 フミ工	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

2026/1/17更新

月	火	水	木	金	土	日
早朝マイソールクラス ①⑩ 5:30~8:30 +zoom						
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) 2月3(火), 4(水), 5(木), 6(金), 9(月), 10(火), 11(水), 12(木), 13(金), 15(日), 16(月), 17(火) (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バス 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						
	1/20 2/3, 10, 17 10:30~12:00 フルプライマリー⑩① +zoom	1/21 2/4, 11 10:30~12:00 ハーフプライマリー⑩① +zoom				
	1/20 2/3, 10 19:00~20:30 マイソール ⑩① +zoom					*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。 ケン・ハラクマ スケジュール https://iyc.jp/kenharakuma/schedule