

※<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							2026/3/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
				7:00~8:30 (ドアオープン6:30) マイソール初級 4/3からクラス変更↓ マイソール きよこ	7:30~9:30 マイソール あゆみ		
		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	10:30~11:45 アシュタンガ基本 きよこ	10:30~11:45 ハーフプライマリー <sup>Ⓔ</sup> 土屋あおい	
		12:30~13:45 ピラティス&ヨガ Ayami <b>+zoom</b>			12:30~14:00 フルプライマリー 川上万利子	<b>3/1 スタート</b> <b>12:30-13:45</b> <b>SLOW-FLOW YOGA</b> <b>Shoko</b>	
		14:30~15:45 <u>ハタヨガ</u>  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。