

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

2026/6/15更新

IYC 神保町 6F・5F スタジオ

	月	火	水	木	金	土	日
6F			8:00~9:30 (7:30ドアオープン) マイソール初級 マツダレイコ			7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール タナカユキ	7:30~9:30 (7:00ドアオープン) マイソール ショウゴ
5F						8:00~9:15 Basic Yoga ㊗ Eriko ㊦㊩ +zoom	8:15~9:30 ハーフプライマリー あや +zoom
6F	10:30~12:30 マイソール ㊦ モモ +zoom	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~11:30 フルプライマリー ㊦ のりたま +zoom	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~12:00 マイソール メグミ	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom	10:00~12:00 マイソール ミカ +zoom
5F		10:00~11:30 Ashtanga Half Primary(Led) Ran ㊫㊩	10:00~11:15 陰ヨガ(※) マツダレイコ	10:00~11:15 Ashtanga Half Primary(Led) Yoko ㊦㊩ +zoom	10:00~11:15 陰ヨガ(※) のりたま ㊦㊩ +zoom	10:00~11:15 Hatha Yoga ㊗ Eriko ㊦㊩ +zoom	
6F	13:00~14:15 陰ヨガ ゆかり +zoom	12:15~13:30 陰ヨガ ミカ +zoom	13:15~14:30 アシュタンガ基本 後藤ユカリ		12:30~13:45 ハタヨガ ㊗ ㊦ Mai	12:30~14:00 陰ヨガ ミカ +zoom	12:30~13:45 陰ヨガ Kyoko
5F					13:15~14:30 陰ヨガ ゆかり +zoom	13:00~14:15 Basic Yoga ㊗ Eriko ㊦㊩ +zoom	
6F	14:45~16:00 SLOW-FLOW YOGA ゆかり +zoom			14:30~16:00 マイソール メグミ		15:15~16:30 ハタヨガ ㊗ ㊦ Mai	14:30~16:00 マイソール初級 のぶ
5F			15:00~16:15 SLOW-FLOW YOGA ㊦ AKI +zoom		15:00~16:15 SLOW-FLOW YOGA ゆかり +zoom	15:15~16:45 ハーフプライマリー マツダレイコ	
6F	19:00~20:45 マイソール さなえ	19:00~20:30 マイソール ㊦ Mari.T	19:00~20:15 アイアンガーヨガ ㊦ 植村由理 +zoom	19:00~20:15 アシュタンガ基本 夕佳	19:00~20:30 マイソール ㊦ Mari.T	17:15~18:30 アシュタンガ基本 ㊦ Mai	
5F			19:00~20:45 マイソール さなえ	19:00~20:15 陰ヨガ ナミ +zoom		17:15~18:30 陰ヨガ kimi	