

# スタジオ・ヨギー 京都

tel.075-257-5055

B : ベーシック  
♥ : 未経験者におすすめ

■ ヨガ 60分、75分  
■ ピラティス 60分  
■ ビューティ・ベルヴィス 75分  
■ マタニティ 60分、75分

September  
2017

9

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティスB レイコ		11:00 ~ 12:15 ♥ ボディ I ミユコ			10:30 ~ 11:45 マタニティヨガ ミユコ	10:30 ~ 11:45 ♥ フロー I タム		11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティスB ナミ	10:30 ~ 11:30 ママヨガ ユカ	09:15 ~ 10:30 フロー II 2日) フロー I ♥ リョウタ		10:30 ~ 11:45 ♥ フロー I 17日) ウェルカムヨガ マユミ	09:45 ~ 11:00 ボディ II チエ 3,17,24日のみ
12:15 ~ 13:30 4日) ボディ II 11,25日) ボディ I ♥ カナコ				11:00 ~ 12:15 ♥ フロー I マスミ		12:15 ~ 13:30 7,21日) ボディ I ♥ 14,28日) アロマヨガ サトミ				10:45 ~ 12:00 ♥ ボディ I アツコ			
	12:30 ~ 13:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス ミホ	12:45 ~ 14:00 シヴァナンダヨガ I ミコ	12:30 ~ 13:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス ユリ	12:30 ~ 13:45 ボディ II 27日) フロー II マスミ	12:45 ~ 13:45 ♥ リラックス タム			12:45 ~ 13:45 マタニティピラティス 1,15,29日) ミキ	12:30 ~ 13:30 産後リカバリーヨガ 1,15,29日) ユカ	12:45 ~ 13:45 ♥ コアコントロール ピラティスB ユミ 16日)		12:30 ~ 13:45 アロマヨガ アツコ	
13:45 ~ 14:45 ♥ リラックス 25日) ヨガニドラー ~寝たまんまヨガ~ カナコ		14:15 ~ 15:15 コアコントロール ピラティス ミキ		14:15 ~ 15:15 ♥ フローピラティスB ナミ		14:00 ~ 15:00 ♥ コアコントロール ピラティスB ナナコ	14:15 ~ 15:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス ユリ	12:45 ~ 14:00 ♥ ビューティ・ベルヴィス 8,22日) ミホ	12:30 ~ 13:30 産後リカバリー ピラティス 8,22日) ミキ	ピラティスウェルカム ミキ		14:15 ~ 15:30 ♥ フロー I ミコ 16,23日のみ	
15:00 ~ 16:00 ♥ コアコントロール ピラティスB ミキ		15:30 ~ 16:45 ♥ フロー I アツコ				15:30 ~ 16:30 ♥ リラックス ミホ		14:15 ~ 15:30 1,15,29日) アロマヨガ 8,22日) ボディ I ♥ アツコ		14:00 ~ 15:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス ミホ 14:00 ~ 15:00 ♥ クニコ 9日) フローダンス クニコ 16日) コアコントロール ピラティスB ミキ 15:45 ~ 17:00 メディテーション ミユコ			14:15 ~ 15:15 ♥ リラックス ユミコ 24日) ヨガニドラー ~寝たまんまヨガ~
													15:45 ~ 17:00 ♥ ビューティ・ベルヴィス ミユキ 15:45 ~ 16:45 ♥ 24日) コアコントロール ピラティスB レイコ
18:30 ~ 19:45 4日) ボディ II 11,25日) フロー II アカリ		18:30 ~ 19:45 ♥ ボディ I アツコ	18:15 ~ 19:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス ミホ		18:15 ~ 19:15 ♥ コアコントロール ピラティスB ナミ	18:30 ~ 19:30 ♥ コアコントロール ピラティスB 28日)	18:30 ~ 19:45 ♥ フロー I シイナ	18:30 ~ 19:45 アロマヨガ 29日) メディテーション ユミコ					
				19:00 ~ 20:15 ♥ フロー I 6,20日) タム	19:30 ~ 20:30 ♥ フローピラティスB 20日) フローピラティス ナミ	ピラティスウェルカム ナナコ							
20:00 ~ 21:00 ♥ リラックス 20:00 ~ 21:15 25日) メディテーション マユミ		20:00 ~ 21:15 フロー I ♥ 5日) アロマヨガ ユミコ		19:00 ~ 20:00 ♥ ヨガニドラー ~寝たまんまヨガ~ 13,27日) カナコ		20:00 ~ 21:15 アロマヨガ アツコ		20:00 ~ 21:00 ♥ コアコントロール ピラティスB ユミ					

### ☆9月18日(月)祝日スケジュール☆

11:00 ~ 12:00	コアコントロールピラティス・ベーシック	レイコ
11:00 ~ 12:15	ボディ II	カナコ
12:30 ~ 13:30	リラックス	アツコ
14:00 ~ 15:00	コアコントロールピラティス	ミキ
15:45 ~ 17:00	フロー I	アカリ