

スタジオ・ヨギー 新宿WEST

tel.03-5909-0851

※18日は祝日のため特別スケジュールとなります。詳しくはWEB予約システムでご確認下さい。

♥: 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
- ウェイクアップ 60分

◇メンズ限定クラス開催◇

9月2日(金) 9:15~10:30 ビューティ・ベルヴィス® /ミワ  
 9月18日(月・祝) 9:30~10:45 ヨガ フロー I /チアキ

September  
2017

9

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN			
A	B	A	B	A	B	B			
7:15~8:15 ウェイクアップ 4日) ヨガ フロー I ♥ チアキ 11日、24日) ヨガ メディテーション ユキコ	7:15 ~ 8:15♥ ウェイクアップ ヨガ ボディ I ノリ	7:15 ~ 8:15♥ ウェイクアップ ヨガ ボディ I ノリ	7:15 ~ 8:15♥ ウェイクアップ リラククス レン		9:45 ~ 11:00 ヨガ フロー II リカ	9:15 ~ 10:15♥ リラククス ハッチ			
11:15 ~ 12:30♥ ビューティ・ベルヴィス アヤコ	11:00 ~ 12:15 ヨガ フロー II アズサ	11:00 ~ 12:15 ヨガ フロー II アズサ	10:45 ~ 11:45♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック ヤスヨ		10:30 ~ 11:45 ヨガ ボディ II ミヤビ	11:00 ~ 12:15♥ ヨガ フロー I ヒロ	11:15 ~ 12:15 2日、9日) フローピラティス・ベーシック♥ 16日、30日) コアコントロールピラティス 23日) フローピラティス マミ	10:45 ~ 12:00 ヨガ フロー II ハッチ	
13:00~14:00♥ 4日) ジェントル・ピラティス 11日、18日、25日) withエクササイズローラー マミ	12:45 ~ 14:00♥ ヨガ フロー I アズサ	12:45 ~ 14:00♥ ヨガ フロー I アズサ	13:00 ~ 14:00♥ リラククス ノゾミ		12:15 ~ 13:30♥ ヨガ ボディ I ケイコ	12:30 ~ 13:30♥ リラククス ヒロ	12:30 ~ 13:30♥ ヨガ フロー I リー	12:30 ~ 13:30♥ ヨガ・ニドラー (寝たまんまヨガ) ノゾミ	
14:30 ~ 15:30♥ リラククス ユカリン	14:30 ~ 15:45♥ ビューティ・ベルヴィス ユミコ	14:30 ~ 15:45♥ ビューティ・ベルヴィス ユミコ	14:30 ~ 15:30 コアコントロールピラティス キョンシツ		14:00 ~ 15:15♥ ビューティ・ベルヴィス マナミ	14:00 ~ 15:00♥ フローピラティス・ ベーシック アユミ	2日のみ) 14:00 ~ 15:00♥ ジェントル・ピラティス withエクササイズローラー ヒロコ	14:15 ~ 15:15♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック ヤスヨ	
16:00 ~ 17:00♥ ヨガ・ニドラー (寝たまんまヨガ) ユカリン					15:45 ~ 16:45♥ ジェントル・ピラティス withエクササイズローラー マナミ	14:15 ~ 15:15♥ 2日) ベルヴィス・フローダンス 14:15 ~ 15:30♥ 9日、16日、23日、30日) ビューティ・ベルヴィス ユウ	15:45 ~ 17:00 ヨガ ボディ II ミヤビ		
19:15 ~ 20:15 4日) フローピラティス・ベーシック♥ 11日、25日) フローピラティス アユミ	18:45 ~ 20:00♥ ヨガ ボディ I マユミ	18:45 ~ 20:00♥ ヨガ フロー I ミワ	19:00 ~ 20:00♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック キョンシツ	18:45~20:00 6日)ヨガ ボディ I ♥ 13日)ヨガ フロー I ♥ 20日)ヨガ ボディ II 27日)ヨガ フロー II キミ	19:00 ~ 20:00♥ ジェントル・ピラティス withエクササイズローラー マナミ	18:45 ~ 20:00♥ ビューティ・ベルヴィス ミワ	18:45 ~ 20:00 ヨガ ボディ II ケイコ	16:00 ~ 17:00♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック ケイコ	17:30 ~ 18:45 3日、17日) ヨガ ボディ I ♥ 10日、23日) ヨガ メディテーション ミヤビ
				20:15~21:15♥ リラククス キワ		20:15 ~ 21:30 ヨガ メディテーション カコ	17:30 ~ 18:30♥ リラククス チアキ		