

スタジオ・ヨギー 新宿WEST

tel.03-5909-0851

※3日、4日、5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。

※21日は休館日のため、全クラス休講となります。

♥: 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

May
2017

5

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
7:15~8:15 ウェイクアップ 1日、15日、29日) ヨガ フロー・ベーシック♥ チアキ 8日、22日) ヨガ メディテーション・ベーシック ユキコ			7:15~8:15♥ ウェイクアップ ヨガ ボディ・ベーシック ノリ		7:15~8:15♥ ウェイクアップ リラククス ヤスヨ					9:45~11:00 ヨガ フロー 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 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 ミヤビ	11:00~12:15♥ ヨガ フロー・ベーシック ヒロ	11:15~12:15 6日、13日) フローピラティス・ベーシック♥ 20日) コアコントロールピラティス 27日) フローピラティス マミ		10:45~12:00 ヨガ フロー ハッチ	
13:00~14:00♥ 1日、15日、29日) ジェントル・ピラティス 8日、22日) withエクササイズローラー マミ			12:45~14:00♥ ヨガ フロー・ベーシック アズサ		13:00~14:00♥ リラククス ノゾミ			12:15~13:30♥ NEW! ヨガ ボディ・ベーシック ケイコ	12:30~13:30♥ リラククス ヒロ	12:30~13:45♥ ヨガ フロー・ベーシック 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		14:30~15:30 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	14:15~15:15♥ 6日) ベルヴィス・フロードダンス 14:15~15:30♥ 13日、20日、27日) ビューティ・ベルヴィス ユウ		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♥ ※3日のみ開催 コアコントロール ピラティス・ベーシック キョンシツ			15:45~16:45♥ 4日) フローピラティス・ベーシック 11日、18日、25日) ジェントル・ピラティス withエクササイズローラー マナミ		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		15:45~17:00 ヨガ ボディ ミヤビ	
19:15~20:15 1日、15日、29日) フローピラティス・ベーシック♥ 8日、22日) フローピラティス アユミ	18:45~20:00♥ ヨガ ボディ・ベーシック マユミ	18:45~20:00♥ ヨガ フロー・ベーシック 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 10日)ヨガ フロー・ベーシック♥ 17日)ヨガ ボディ ピラティス・ベーシック 24日)ヨガ フロー 31日)ヨガ メディテーション・ ベーシック 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 ケイコ	17:30~18:30♥ リラククス チアキ	17:30~18:45 7日) ヨガ ボディ・ベーシック♥ 14日、28日) ヨガ メディテーション・ ベーシック 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・ ベーシック カコ					