

スタジオ・ヨギー 静岡パルコ

tel.054-653-8655

♥: 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
- ジャイロキネシス 60分
- 産前産後クラス 60分、75分

6

June
2017

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	10:30 ~ 11:45 ヨガ フロー チアキ	10:30 ~ 11:30 産後リカバリー・ヨガ キク		10:30 ~ 11:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス ヒサノ		
11:00 ~ 12:00 ♥ フローピラティス・ ベーシック キミコ			11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ		11:00 ~ 12:15 アロマヨガ エリー	11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ
12:30 ~ 13:45 週替わりクラス ※6月の週替わりクラスは下枠 を参照してください。	12:15 ~ 13:30 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック ハルミ	12:00 ~ 13:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス アツコ	12:15 ~ 13:30 ♥ ヨガ フロー・ベーシック ユウ	12:00 ~ 13:15 マタニティ・ヨガ アラサ	12:45 ~ 13:45 コアコントロール ピラティス サトミ	12:15 ~ 13:15 ジャイロキネシス サトミ
5日) アロマヨガ エリー 12日) ビューティ・ベルヴィス アツコ 19日) アロマヨガ エリー 26日) ビューティ・ベルヴィス アツコ		13:30 ~ 14:45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック アツコ	13:45 ~ 15:00 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック 29日) リストラティブヨガ アキ	13:30 ~ 14:30 ♥ リラックス アラサ		13:45 ~ 15:00 ヨガ ボディ エリー
	14:00 ~ 15:00 ♥ 13,27日) ベルヴィス・フローダンス 6,20日) ビューティ・ベルヴィス (75分) クニエ			14:45 ~ 15:45 ♥ フローピラティス・ ベーシック キミコ	14:15 ~ 15:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス	
						15:30 ~ 16:30 ♥ リラックス 4日) ヨガ メディテーション・ ベーシック (75分) エリー
					16:00 ~ 17:15 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック チアキ	

VellnAVEDA×Studioyoggyコラボ企画

アロマと味わう動と静のヨガ
 ~内なる輝きに出会う~
6月18日(日)
15:30~17:00 (90分)
担当講師:エリー先生

18:30 ~ 19:45 ♥ 5,19日) ヨガ ボディ・ベーシック 12,26日) ヨガ フロー・ベーシック サリ	18:45 ~ 19:45 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ	18:00 ~ 19:15 ヨガ ボディ エリー/ヒロミ	18:30 ~ 19:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック チアキ	18:30 ~ 19:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス
		19:30 ~ 20:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック エリー/ヒロミ 7日) ヨガ・ニドラー (60分) エリー		
20:00 ~ 21:15 5,19日) ヨガ フロー 12,26日) エナジー・プラス サリ	20:00 ~ 21:15 アロマヨガ エリー		20:00 ~ 21:00 8,22日) コアコントロール ♥ ピラティス・ベーシック 1,15,29日) コアコントロール ピラティス トシ	20:00 ~ 21:15 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック チアキ

6月21日(水)は・・・
「国際ヨガの日」にちなんで
キャンドルナイトを実施!!

18:00~19:15
ヨガ ボディ
19:30~20:45
ヨガ フロー・ベーシック
担当講師:エリー先生

スタジオ内の照明を暗くし、LEDの
キャンドルでレッスンをおこないます♪