

# スタジオ・ヨギー 町田

tel.042-739-5623

# 10

October  
2017

■ ヨガ 60分、75分      ■ マタニティ 75分  
■ ピラティス 60分      ■ 産後リカバリー 60分  
■ ビューティ・ベルヴィス 75分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:30~10:45 ヨガ フローⅡ リオ 30日のみ		9:30~10:30 ♥ 11日→コア・コントロール ピラティス リエ 18日→フローピラティス ベーシック ヒロコ			9:00~10:15 ♥ 7・21日 シヴァナンダヨガⅠ チアキ 14・28日 ヨガ メディテーション ヒロコ	9:00~10:15 アロマヨガ ミユ 15日→ヨガ ボディⅡ
10:45~12:00 ♥ ヨガ フローⅠ リオ 9日(祝)・30日→ 11:00~12:00 ヨガ リラックス	10:30~11:45 ♥ ヨガ ボディⅠ ユウ	10:45~11:45 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック リエ	10:30~11:45 ♥ ヨガ フローⅠ ヒロ	10:30~11:30 産後リカバリー・ヨガ ルミ	10:30~11:30 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック サトミ ※14日・28日→フロー ピラティス・ベーシック	10:45~12:00 ♥ ヨガ フローⅠ リオ
12:30~13:30 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック タッチ	12:15~13:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス ユウ ※31日→フローダンス♥ (60分)	12:15~13:30 アロマヨガ ミユ	12:00~13:00 ♥ ヨガ リラックス ヒロ	12:15~13:30 マタニティ・ヨガ ルミ	12:15~13:30 ♥ ヨガ フローⅠ キョウコ	12:30~13:30 ♥ フローピラティス・ベー シック ジヒ
14:00~15:15 ♥ ヨガ ボディⅠ マリ ※9日(祝)→ヨガ フロー Ⅰ	14:00~15:00 ♥ ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ミュキ	14:00~15:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス アキコ	13:30~14:30 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック サトミ	14:00~15:00 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック ミキ	14:00~15:00 ♥ ヨガ リラックス キョウコ	14:00~15:15 ♥ ヨガ ボディⅠ メイコ
15:30~16:30 ♥ フローピラティス ヒロコ ※9日(祝)のみ	10/3・10 15:30~16:45 <サークル> ハタヨガ初心者コース ※17日のみ 15:15~16:15 フローピラティス ヒロコ	15:30~16:30 ♥ コア・コントロール ピラティス リエ ※25日のみ			15:30~16:45 ♥ ヨガ ボディⅠ ルミ 14日→アロマヨガ	15:45~17:00 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ
16:45~17:15 PBTCガイドダンス ※9日(祝)のみ						
18:30~19:45 ♥ ヨガ ボディⅠ アキラ 9日(祝)休講	18:30~19:45 ♥ ヨガ ボディⅠ リオ	18:30~19:45 ♥ ヨガ フローⅠ ルミ	18:30~19:30 ♥ ジェントル・ピラティス タッチ ※12日・26日→コア・コン トロール ピラティス・ ベーシック	18:30~19:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ	<p style="text-align: center;">★お知らせ★</p> <p>※代講情報はWEBかスタジオ内掲示にてご確認ください。</p> <p>※変更箇所は赤字となっております。 ※天候やインストラクターの都合により、急な休 講や代講になることがあります。</p>	
20:00~21:15 ♥ ヨガ フローⅠ アキラ 9日(祝)休講	20:00~21:00 ♥ ヨガ リラックス リオ	20:00~21:00 ♥ ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ルミ	19:45~20:45 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック タッチ	20:00~21:00 ♥ ヨガ リラックス マリ 27日→ヨガ フローⅡ (75分)		

BLOG



twitter



最新情報から町田のオススメスポット情報まで・・・  
随時更新中です♪