

※[Ⓔ] : English instructions can be accommodated. ※+zoom : zoom同時配信クラスです

IYC 世田谷 スタジオ							2020/11/1更新
月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 池田枝里香 +zoom	10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 石下久美子 +zoom	10:30~11:45 (75分) ハタヨガ Kazu	10:30~12:00 マイソール初級 あゆみ	10:30~11:45 (75分) アシュタンガ基本 池田枝里香 +zoom	10:30~11:45 アシュタンガ基本 きよこ	10:30~11:45 (75分) ハーフプライマリー [Ⓔ] あおい	
12:30~13:45 (75分) ハタヨガ 池田枝里香 +zoom		12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 Ayami +zoom		12:30~13:45 (75分) ハタヨガ 池田枝里香 +zoom	12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 川上万利子	12:30~13:45 (75分) アシュタンガ基本 あおい	
	14:30~15:45 (75分) ピラティス Ayami +zoom				14:30~15:45 (75分) キレイになるヨガ 石下久美子 +zoom		
			19:15~20:30 (75分) ハタヨガ PIKA		19:15~20:30 (75分) ハタヨガ 石下久美子 +zoom		