



# KYOTO YOGA RAVISTA

YOGA STUDIO

ラヴィスタ二条スタジオ

4/2, 5/7, 6/4(日)特別  
●13:00~14:30  
アシュタンガヨガビギナー  
●14:40~16:10  
呼吸と瞑想 (ゆっくり呼吸)



RAVISTA

### 毎日の新習慣

気軽に始めるお昼のクラス  
**ランチタイムヨガ**  
(30分)12:15~12:45

お仕事帰りのアフター5に  
**リフレッシュヨガ**  
(60分)17:30~18:30

### 京都 御所南の寺町御池

京都で自分らしくゆっくりヨガを始めるための  
新しいヨガスタジオです。  
毎日頑張っている自分にご褒美タイム。  
初めての方も女性にも男性にも嬉しい時間です。

### プライベートレッスンの様な少人数制

1人1人の悩みや体調に合わせたプログラムを実施。  
新規生徒募集中!



### ラヴィスタ二条スタジオ

## 2017年4・5・6月スケジュール

4/1~

時間	月	火	水	木	金	時間	土	日
10:30	New!Yuuka (90分) ★リラックス&リフレッシュヨガ	Yukiko ★ハタヨガ&瞑想	Natsumi アシュタンガヨガ ★ビギナー	Yuuka (90分) ★リラックス&リフレッシュヨガ		9:30	土日スケジュールをご確認下さい	5/14, 6/11 60(月1回) Yoko.A 男の朝活ヨガ
12:00	Natsumi 30 リラックスヨガ ランチタイム(30分)		Natsumi 30 リラックスヨガ ランチタイム(30分)	Yuuka 30 リラックスヨガ ランチタイム(30分)		11:00	Keiko (毎週) アシュタンガヨガ ★ビギナー	Yoko.A (月2回)第2,4週 ★女性・男性のヨガ 1/15,29,2/12,26
12:15	New!Natsumi やさしいヨガ ~リラクゼーション~	Noriko アシュタンガヨガ ★ビギナー	Yoko.A ★ハタヨガ&瞑想		Kazuko ★ハタヨガ&瞑想 又は ★らくらくシニアヨガ	12:30	Keiko (毎週) ★ハタヨガ&瞑想	Yoko.A (月2回)第2,4週 ★ハタヨガ&瞑想 又は特別クラス
12:45	Noriko アシュタンガヨガ ★ビギナー	Noriko ★やさしいヨガ 又は ★女性・男性のヨガ	Noriko/Kayo /Natsumi やさしいヨガ又は ★美しいハタヨガ		Yoko.A (月2回)第1,3,5週 ★ハタヨガ&瞑想	12:45	Keiko (月2回)第2,4週 ★かんたんヨガ又は ★女性・男性のヨガ	Yoko.A/Natsumi (月3回)第1,2,4週 ★やさしいヨガ 又は特別クラス
13:00	Kayo 60リフレッシュヨガ アフター5 (60分)		Noriko 60リフレッシュヨガ アフター5 (60分)		Kayo(月2回)第1,4週 60リフレッシュヨガ アフター5 (60分)	14:15	Keiko (月2回)第2,4週 ★かんたんヨガ又は ★女性・男性のヨガ	
14:30	Kayo ★簡単ヨガ 又は ★美しいハタヨガ		Noriko (Tetsuro) アシュタンガヨガ ★ビギナー	Kazuyo ★やさしいヨガ 又は ★女性・男性のヨガ	Kazuyo/Kayo ★やさしいヨガ 又は ★美しいハタヨガ	14:40		
15:00						16:10		
16:30						<b>始める前の準備</b> ●持ち物：動きやすい服装 タオル、飲み水 ●ヨガマット：レンタル無料 ●予約無しでOK ●クラス開始10分前にお越し下さい。		
17:30								
18:30								
18:45								
20:15								

### 年中無休

(五条、ラヴィスタ二条)

初めての方に安心のやさしいクラスが充実!  
自分らしいヨガの始め方をご一緒に探しましょう。

### チケット共通

(五条、ラヴィスタ二条)

レッスン
体を内側からリフレッシュ ●リラックス&リフレッシュヨガ ●美しいハタヨガ
極上のリラクセーションタイム ●やさしいヨガ~リラクゼーション~
本格的なヨガをどなたでも ●アシュタンガヨガ
ヨガを丁寧に学ぼう ●ハタヨガ&瞑想
女性も男性もつかれを癒す ●女性・男性の為のハタヨガ

通常クラス(90分)参加料
●初回のみ1回 2,100円
●月謝(1ヶ月) (入会金 無し)
月4回 7,300円
月8回 12,500円
●スペシャル8カード 8レッスン 12,500円
●チケット(4ヶ月)
1回 3,000円
4回 10,800円
10回 21,000円
17回 29,300円

(30・60分)クラス1ヶ月参加料
30 ランチタイムヨガ 30分
月3回 3,000円
月10回 7,300円
月20回 12,500円
60 リフレッシュヨガ 60分
月1回 2,100円
月5回 7,300円
月10回 12,500円

RAVISTA 京都ヨガ・二条スタジオ

TEL: (代)075-351-3311

ラヴィスタ二条スタジオ 075-351-3311  
京都市中京区寺町通御池北西 國友御池ビル3F  
(寺町御池交差点 北西角)

五条

二条 (ラヴィスタ)

太秦

銀閣寺

佐賀神崎

京都ヨガ TEL : 075-351-3311 e-mail : kyotoiyc@yahoo.co.jp