



KYOTO YOGA holiday schedule

土日スケジュール

2018年1・2・3月

京都ヨガ

IYC京都
International Yoga Center Kyoto

五条スタジオ

Moon Day

1/17(水),1/31(水),
2/16(金),3/2(金),
3/17(土),3/31(土)

ムーンデイは、
7:00~早朝クラスは
お休みです。



holiday schedule

*土日のクラスは講師が交替で担当します。

1月(土) JAN. sat.	Time	Class	1/2(火)新春	1/6	1/13	1/20	1/27
		9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	9:00~10:30	Noriko	Yukiko	Noriko
	11:00-12:30	ハーフプライマリー スローフロー/やさしいヨガ	フルプライマリー Yoko.A	Noriko	Yukiko	Noriko	Yukiko
	12:45-14:15	はじめてフル アシュタンガヨガビギナー	11:00~12:30 ハタヨガ&瞑想 Yoko.A	Yuka Noriko	Yuka 美しいハタヨガ 指導者養成	Yuka ハタヨガ&瞑想 特別講座	Yuka 美しいハタヨガ 指導者養成
	14:30-16:00	特別イベント		女性の為のヨガ Yukiko	女性の為のヨガ Yuka	初級 12:30~ 中級 17:00~	女性の為のヨガ Yuka
(日) sun.	Time	Class	1/3(水)新春	1/7	1/14	1/21	1/28
	7:30-9:00	フルプライマリー	9:00~10:30	特別Yoko.A	Yoshiko	特別Yukiko	
	9:15-10:45	アシュタンガヨガ	マイソール Yukiko	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka
	11:00-12:30	ハタヨガ&瞑想 スローフロー/リラックス&リフレッシュ	11:00~12:30 ハタヨガ&瞑想 Yukiko	特別Yoko.A Noriko	合同 Noriko	特別Yukiko Noriko	特別Yoko.A Noriko
	12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	13:00~14:30 ハーフプライマリー Yuka	Noriko やさしいヨガ Kozue	Noriko (二条) 美しいハタヨガ 指導者養成	Noriko (二条) アシュタンガ基礎 Yuuka	Noriko (二条) アシュタンガ 基礎特別(第2回) トレーニング
	14:30-16:00	リラックス&リフレッシュ		Yuuka		特別トレーニング	
	16:15-17:45						
2月(土) FEB. sat.	Time	Class	2/3	2/10	2/17	2/24	
	9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	Noriko	Yukiko	Noriko	Yukiko	
	11:00-12:30	ハーフプライマリー スローフロー/やさしいヨガ	Noriko	Yukiko	Noriko	Yukiko	
	12:45-14:15	はじめてフル アシュタンガヨガビギナー	Yuka Noriko	Yuka 簡単ヨガ 指導者養成	Yuka 13~16時 ハタヨガ&瞑想	Yuka 女性の為のヨガ	
	14:30-16:00	特別イベント	女性の為のヨガ Yukiko	女性の為のヨガ Yuka	特別講座 中級 (特別 3時間)	Yuka	
(日) sun.	Time	Class	2/4	2/11	2/18	2/25	
	7:30-9:00	フルプライマリー	特別Yoko.A	Yoshiko	特別Yukiko		
	9:15-10:45	アシュタンガヨガ	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka	
	11:00-12:30	ハタヨガ&瞑想 スローフロー/リラックス&リフレッシュ	特別Yoko.A Noriko	合同 Noriko	特別Yukiko Noriko	特別Yoko.A Noriko	
	12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko やさしいヨガ Kozue	Noriko (二条) 簡単ヨガ 指導者養成	Noriko		
	14:30-16:00	リラックス&リフレッシュ	Yuuka	Yuuka	Yuuka	New 13~15時 ハタヨガ中級 特別ws Yoko.A	
	16:15-17:45						
3月(土) MAR. sat.	Time	Class	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31
	9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	Noriko	Yukiko	Noriko	Yukiko	Noriko
	11:00-12:30	ハーフプライマリー スローフロー/やさしいヨガ	Noriko	Yukiko	Noriko	Yukiko	Noriko
	12:45-14:15	はじめてフル アシュタンガヨガビギナー	Yuka Noriko	Yuka リラックス&リフレッシュヨガ 指導者養成	Yuka 13~16時 ハタヨガ&瞑想	Yuka リラックス&リフレッシュヨガ 指導者養成	Yuka 女性の為のヨガ Noriko
	14:30-16:00	特別イベント	女性の為のヨガ Yukiko	女性の為のヨガ Yuka	特別講座 中級 (特別 3時間)	女性の為のヨガ Yuka	
(日) sun.	Time	Class	3/4	3/11	3/18	3/25	
	7:30-9:00	フルプライマリー	特別Yoko.A	Yoshiko	特別Yukiko		
	9:15-10:45	アシュタンガヨガ	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka	
	11:00-12:30	ハタヨガ&瞑想 スローフロー/リラックス&リフレッシュ	特別Yoko.A Noriko	合同 Noriko	特別Yukiko Noriko	特別Yoko.A Noriko	
	12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko やさしいヨガ Kozue	Noriko (二条) リラックス&リフレッシュヨガ 指導者養成	Noriko (二条) アシュタンガ基礎 Yuuka	Noriko (二条) アシュタンガ 基礎特別(第3回) トレーニング	
	14:30-16:00	リラックス&リフレッシュ	Yuuka	Yuuka	特別トレーニング		
	16:15-17:45						