



KYOTO YOGA

Yoga Studio

information

2018年11月

★ 11/13(火)~19(月)の間、講師研修の為、下記のクラスは変更となります。ご確認ください。

京都ヨガ 五条スタジオ

■ クラススケジュール ■ (①:スタジオ1 ②:スタジオ2) 11/13~19

時間	11/13(火)	11/14(水)	11/15(木)	11/16(金)	時間	11/17(土)	11/18(日)	11/19(月)
7:00 ~ 9:00	アシュタンガヨガ マイソールスタイル Yukiko	アシュタンガヨガ マイソール 自主練習	アシュタンガヨガ マイソール 自主練習	アシュタンガヨガ マイソール 自主練習	7:00 ~ 9:00			アシュタンガヨガ マイソール 自主練習
9:00~ 10:20		*11/14(水)~19(月) 要予約・自主練習 (通常早期練習に来られている方のみ)			9:00 ~ 10:30		Yuka 9:00~★朝ヨガ アシュタンガヨガ	
10:30 ~ 12:00	① Kayo アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	Yuka アシュタンガヨガ ハーフ又はフル	代講Shiori リラックス& リフレッシュヨガ	代講Reiko ★美しいハタヨガ	11:00 ~ 12:30	代講Yuka ★女性の為の・ 男性の為のハタヨガ	代講Yuka ★女性の為の・ 男性の為のハタヨガ	
12:30 ~ 14:00	① Kayo ★ハタヨガ&瞑想	Shiori ★美しいハタヨガ 又はリラックス&リフレッシュ	代講Shiori ヒーリングヨガ	Reiko ★美しいハタヨガ 又は★知-力-ヨガ	12:45 ~ 14:15	Yuka アシュタンガヨガ ①はじめてフル	代講Shiori リラックスヨガ	12:30 Shiori ★美しいハタヨガ 又はリラックス&リフレッシュ
14:30 ~ 16:00				Yuna アシュタンガヨガ はじめてハーフ	14:30 ~ 16:00			
17:45 ~ 19:15	Noriko ★ハタヨガ&瞑想 又はアシュタンガヨガ							
19:30 ~ 21:00								



RAVISTA

KYOTO YOGA
YOGA STUDIO

RAVISTA 二条スタジオ

時間	11/13(火)	11/14(水)	11/15(木)	11/16(金)	時間	11/17(土)	11/18(日)	月
10:30 ~ 12:00	Yukiko ★ハタヨガ&瞑想				9:30 ~ 10:45			
12:15 ~ 12:45					11:00 ~ 12:30			
12:30 ~ 14:00	12:30~14:00 Ayumi ★美しいハタヨガ	代講Noriko ★ハタヨガ&瞑想		Kazuko ★ハタヨガ&瞑想 又は ★らくらくシニアヨガ	12:45 ~ 14:15			
14:00 ~ 16:30					14:40 ~ 16:10			
18:45 ~ 20:15		Noriko アシュタンガヨガ ★ハタヨガ&瞑想	Kazuyo 12月のみ休講 ★やさしいヨガ又は ★女性・男性のヨガ					