



# KYOTO YOGA holiday schedule

土日スケジュール

2019年1・2・3月

京都ヨガ



五条スタジオ

**Moon Day**

1/6(日),1/21(月),  
2/5(火),2/20(水),  
3/7(木),3/21(木)

ムーンデ이는、  
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.

(日)

sun.

Time	Class	1/5	1/12	1/19	1/26
9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko
11:00-12:30	ハーフプライマリー ハタヨガ&瞑想	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko
12:45-14:15	はじめてフル アシュタンガヨガビギナー	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka
	特別イベント	Noriko		BEヨガ初心者基礎 BEハタヨガ&瞑想	
14:30-16:00	特別イベント	女性の為のヨガ Yoko.A	女性の為のヨガ Yuka	初級 12:30~ 中級 17:00~	女性の為のヨガ Yuka
	特別イベント			BA 特別講座	
Time	Class	1/6	1/13	1/20	1/27
7:30-9:00	フルプライマリー	Yoko.A	Yoko.A	Yoko.A	
9:00-10:30	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/リラク&リフレッシュ	特別Yoko.A	Yoko.A	特別Yoko.A	合同
12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko
	特別イベント	やさしいヨガ Kozue	BEヨガ初心者基礎 特別トレーニング	BEヨガ初心者基礎 特別トレーニング	
14:30-16:00	リラク&リフレッシュ	Yuuka		Yuuka	
16:15-17:45					

2月(土)

FEB. sat.

(日)

sun.

Time	Class	2/2	2/9	2/16	2/23
9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	Noriko	Yoko.A	Noriko	Yoko.A
11:00-12:30	ハーフプライマリー ハタヨガ&瞑想	Noriko	Yoko.A	Noriko	Yoko.A
	はじめてフル	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka
12:45-14:15	アシュタンガヨガビギナー 特別イベント	Noriko	アシュタンガ基礎 ABA集中トレーニング	ヒーリングヨガ (簡単ヨガ)	アシュタンガ基礎 ABA集中トレーニング
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	指導者養成コース	女性の為のヨガ Yuka
Time	Class	2/3	2/10	2/17	2/24
7:30-9:00	フルプライマリー	Yoko.A	Yoko.A	Yukiko	Yoko.A
9:00-10:30	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/リラク&リフレッシュ	合同	合同	特別Yukiko	合同
12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko
	特別イベント	やさしいヨガ Kozue	(五条) アシュタンガ基礎	ヒーリングヨガ 指導者養成コース	(二条) アシュタンガ基礎
14:30-16:00	リラク&リフレッシュ	Yuuka	ABA集中トレーニング	Yuuka	ABA集中トレーニング
16:15-17:45		アシュタンガ基礎			

3月(土)

MAR. sat.

(日)

sun.

Time	Class	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30
9:15-10:45	ハタヨガ&瞑想	Noriko	ハーフYoko.A	Noriko	ハーフYoko.A	Noriko
11:00-12:30	ハーフプライマリー ハタヨガ&瞑想	Noriko	ハダカ* Yoko.A	Noriko	ハダカ* Yoko.A	Noriko
12:45-14:15	はじめてフル アシュタンガヨガビギナー	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka
	特別イベント	Noriko	美しいハタヨガ 指導者養成コース	BEハタヨガ&瞑想 BA 特別講座	Iヨガ中級指導者 特別コース	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	初級 12:30~ 中級 17:00~	女性の為のヨガ Yuka	Iヨガ中級指導実践 特別コース
Time	Class	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31
7:30-9:00	フルプライマリー	Yoko.A	Yoko.A	Yukiko	Yoko.A	Yoko.A
9:00-10:30	アシュタンガヨガ	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka	Yuka
11:00-12:30	ハタヨガ&瞑想 スロー/フロー/リラク&リフレッシュ	特別Yoko.A	Yoko.A	特別Yukiko	中級Yoko.A	Yoko.A
12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko
	特別イベント	やさしいヨガ Kozue	美しいハタヨガ 指導者養成コース	美しいハタヨガ 指導者養成コース	AI(五条)	AI(五条)
14:30-16:00	リラク&リフレッシュ	Yuuka	Iヨガ中級指導者	Yuuka	Iヨガ中級指導実践 特別コース	Iヨガ中級指導実践 特別コース
16:15-17:45		Iヨガ中級指導者				