

KYOTO YOGA holiday schedule



京都ヨガ

IYC 京都
International Yoga Center Kyoto

五条スタジオ

土日スケジュール
2019年9月

holiday schedule

* 土日のクラスは講師が交替で担当します。

9月(土) SEPT. sat.	Time	Class	9/7	9/14	9/21	9/28	
	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 <small>女性の為のヨガ</small>	Noriko	Noriko	Noriko <small>(五条)</small>	
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 <small>指導者養成コース</small>		ハタヨガ&瞑想 BA 特別講座	ヒーリングヨガ <small>指導者養成コース</small>	
14:30-16:00	特別イベント		女性の為のヨガ Yuka	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	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29
	7:30-9:00	フルプライマリー	Yoko.A	Yoko.A	Yoko.A	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 特別イベント	特別Yoko.A	特別Yoko.A	食事とヨガws Yoko.A	New11~13時 ハタヨガ中級	特別Yoko.A <small>(五条)</small>	
	スローフロー/リラクセス&リフレッシュ	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko	
12:45-14:15	はじめてハーフ 特別イベント	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko	Noriko	
14:30-16:00	リラクセス&リフレッシュ	Yuuka		Yuuka		ヒーリングヨガ <small>指導者養成コース</small>	



KYOTO YOGA
RAVISTA
YOGA STUDIO



2019年9月

ラヴィスタ二条スタジオ

時間	月	火	水	木	金	時間	土	日
10:30	Yuuka	Yoko.A/Ayumi				11:00	Ayumi	
~	★リラクセス& リフレッシュヨガ	★ハタヨガ&瞑想				~	★美しいハタヨガ 9/7 Yoko.A	
12:00		12:30~14:00 Ayumi	Yoko.A		Kazuko	12:30	★女性の為のヨガ	
~		★ヒーリングヨガ又は ★らくらくシニアヨガ	★ハタヨガ&瞑想		★ハタヨガ&瞑想 又は ★らくらくシニアヨガ	12:45	Ayumi 9/7休講	
14:30					Yoko.A 月2 第1,3週 ★ハタヨガ&瞑想	~	★ヒーリングヨガ (簡単ヨガ)	
15:00						14:15		
~						14:40		
16:30						~		
16:30						16:10		
18:45		Kaori		Kazuyo (毎週)	9/13~ Kazuyo 9/6 Chiaki	始める前の準備 ● 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 ● クラス開始10分位前にお越し下さい。		
~		★美しいハタヨガ		★やさしいヨガ	★やさしいヨガ又は 女性の為のヨガ			
20:15								

holiday schedule

* 土日のクラスは講師が交替で担当します。

9月(土) SEPT. sat.	Time	Class	9/7	9/14	9/21	9/28	
	11:00-12:30	美しいハタヨガ 又は特別クラス		女性の為のヨガ Yoko.A	美しいハタヨガ Ayumi	美しいハタヨガ Ayumi	美しいハタヨガ Ayumi
12:45-14:15	ヒーリングヨガ 簡単ヨガ			ヒーリングヨガ Ayumi	ヒーリングヨガ Ayumi	ヒーリングヨガ Ayumi	
(日) sun.	Time	Class	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29
		特別クラス					