

特別追加クラス

2008年8月分

8/3変更

Moonday

8/1(金),8/17(日),8/31(日),9/15(月),9/29(月),10/15(水),10/29(水) 早朝クラスはお休みです

休講 以下のクラスはSFYTTC開催の為休講となります。ご注意ください。

8/15(金)	10:30-12:00	アシュタンガヨガビギナー	Hiromi	スタジオ2
8/15(金)	12:30-14:00	IYCキレイになるヨガ	Hiromi	スタジオ2

新毎週クラス

8/3(日)~	16:15-17:45	アシュタンガヨガビギナー	Sugino	スタジオ1
8/3(日)~	18:00-19:30	アシュタンガヨガハーフプライマリー	Sugino	スタジオ1
8/6(水)~	10:30-12:00	アシュタンガヨガフルプライマリー	Yumi.N	スタジオ1

1回クラス

8/2(土)	15:00-17:00	夕方マイソール プライマリーシリーズの練習を各自のペースで行います。	Yumi.N	スタジオ2
8/9(土)	12:30-13:45 (要予約)	子どもと一緒に 楽しいヨガ お子様と共に、またお一人でもご参加頂ける楽しいヨガです。	Keiko.W	スタジオ2
8/10(日)	10:00-11:15 (75分)	ラジヨガ どなたでも練習できます。ラジオ体操のように音楽に合わせて身体を動かしましょう。	Yumi.N	スタジオ2
8/10(日)	11:30-13:00	IYCキレイになるヨガ ゆっくりとした動作で、身体の芯から緩めます。	Chika	スタジオ2
8/10(日)	16:15-17:45	IYCキレイになるヨガ ゆっくりとした動作で、身体の芯から緩めます。	Yukiko.A	スタジオ2
8/15(金)	19:45-21:15	夕方マイソール プライマリーシリーズの練習を各自のペースで行います。	Yoko.A	スタジオ1
8/24(日)	16:15-17:45	IYCキレイになるヨガ ゆっくりとした動作で、身体の芯から緩めます。	Kazuyo.N	スタジオ2

土日スケジュール

2008年8月分

IYC京都 五条スタジオ

8/12変更

2008/8/1~

8月 (土曜日)

時間	内容	8月2日	8月9日	8月16日	8月23日	8月30日
10:30-12:00	SLOW-FLOWヨガ はじめてハーフ	はじめてハーフ Keiko.W	SLOW-FLOWヨガ Keiko.W	TTCの為休講	はじめてハーフ Keiko.W	SLOW-FLOWヨガ Keiko.W
11:00-12:30	ハタヨガ&瞑想	Yumi.N	Keiko.E	Keiko.E	Keiko.E	Keiko.E
12:45-14:15	ハーフプライマリー	Yumi.N	Keiko.E	Keiko.E	Keiko.E	Keiko.E
14:30-16:00	キレイになるヨガ	Keiko.W	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino
16:15-17:45	ビギナー	Keiko.W	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino

8月 (日曜日)

時間	内容	8月3日	8月10日	8月17日	8月24日	8月31日
7:30-9:00	フルプライマリー	Yumi.N	Yumi.N	moonday	Keiko.E	moonday
11:00-12:30	SLOW-FLOWヨガ	Yumi.N	Nao	Kiriko	Keiko.E	Keiko.E
12:45-14:15	ハタヨガ&瞑想	Nao	Nao	Nao	Keiko.E	Keiko.E
14:30-16:00	ハーフプライマリー	Nao	Nao	Nao	Kazuyo.N	Nao
16:15-17:45	ビギナー	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino
18:00-19:30	ハーフプライマリー	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino	Sugino