



YOGA ME! 山形

# class schedules 9

※スケジュールは変更になる場合がございます。更新の際はHPおよびSNSにてお知らせします。予めご了承ください。[平成30年8月26日更新]

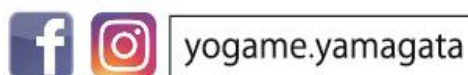
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
						10:00~11:30 リラックスヨガ
3	4	5	6	7	8	9
10:00~11:30 ヨガビギナー				10:00~11:30 ヨガベーシック	9:00~12:00 入門コース③	
				12:00~13:30 シヴァナンダヨガ	13:00~14:30 ヨガビギナー	17:00~18:00 WS クラゲと漂うヨガ時間 (加茂水族館)
		18:30~20:00 リラックスヨガ		18:30~20:00 ヨガビギナー		
10	11	12	13	14	15	16
10:30~12:00 ヨガビギナー	10:30~12:00 ヨガベーシック	10:30~12:00 ヨガビギナー	10:30~12:00 ヨガベーシック	10:30~12:00 ヨガビギナー	9:00~12:00 入門コース④	9:00~10:30 ヨガアドヴァンス
12:30~13:30 RYT無料説明会	12:30~14:00 ヨガアドヴァンス	13:00~15:30 入門コース④	12:30~14:00 シヴァナンダヨガ	12:30~14:00 リストラティブヨガ	13:00~14:30 ヨガベーシック	
					15:00~15:45 メンズヨガ	
19:00~20:30 ヨガベーシック	19:00~20:30 ヨガビギナー	19:00~20:30 ヨガアドヴァンス	19:00~20:30 ヨガビギナー	19:00~20:30 リストラティブヨガ		
17 敬老の日	18	19	20	21	22	23
		9:00~10:00 ほぐしヨガ				
12:00~15:00 入門コース⑤	10:30~12:00 ヨガビギナー	10:30~12:00 ヨガベーシック		10:30~12:00 シヴァナンダヨガ		
15:30~16:30 RYT無料説明会	12:30~14:00 シヴァナンダヨガ	13:00~15:30 入門コース⑤				
16:30~18:00 ヨガビギナー	18:30~20:00 ヨガベーシック		18:30~20:00 ヨガビギナー			
24	25	26	27	28	29	30
10:00~11:30 ヨガビギナー					10:30~12:00 ヨガビギナー	
			19:00~20:30 シヴァナンダヨガ			

※初めてスタジオをご利用の方はご予約のうえ、ご参加ください。2回目以降のご利用は予約なしでご参加いただけます

※ヨガビギナー=初心者、ヨガベーシック=経験者、ヨガアドヴァンス=上級者クラスになります。ヨガアドヴァンスではデモンストレーションはございません。

## 【ご予約・お問い合わせ】

TEL: 070-5578-9078  
Mail: info@yogame.tokyo  
HP: http://yogame.tokyo/yamagata



- レギュラークラス
  - ・ドロップイン ¥2,500円(当日限り有効)
  - ・4回チケット ¥7,500円(3ヶ月間有効)
  - ・8回チケット ¥13,500円(4ヶ月間有効)
  - ・フリーパス ¥15,000円(当月限り有効)
- チケット不可
  - ・メンズヨガ ¥1,500円
  - ・ほぐしヨガ ¥1,500円

● ワークショップにご参加希望の方は事前にお申込ください

● RYT200は全米ヨガアライアンス認定指導者養成講座です