



YOGA ME! 山形

class schedules 1

※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Facebookにてお知らせします。予めご了承ください。[平成30年12月30日更新]

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7 10:00~11:30 ヨガビギナー	8 10:00~11:30 リストラティブヨガ	9 10:00~11:30 シヴァナンダヨガ	10	11 10:00~11:30 ヨガビギナー (アクティブ)	12 10:30~12:00 ヨガビギナー	13 10:30~12:00 ヨガアドヴァンス
	13:00~14:30 マタニティヨガ+ ティータイム	12:30~17:30 RYT200(4期)		12:30~15:30 RYT200(4期)	13:00~14:30 special class 太陽礼拝Bをマスターしよう	13:00~14:30 special class 太陽礼拝ランジをマスターしよう
					13:00~17:00 RYT200(5期)	13:00~17:00 RYT200(5期)
18:30~20:00 リストラティブヨガ	19:00~20:30 ヨガビギナー	19:00~20:15 ヨガベーシック (75分クラス)	18:30~20:00 シヴァナンダヨガ			
14 成人の日 10:30~12:00 ヨガビギナー (アクティブ)	15	16 10:00~11:30 シヴァナンダヨガ	17 10:00~11:30 ヨガビギナー	18 10:00~11:30 ヨガベーシック	19 10:30~12:00 ヨガビギナー	20 10:00~11:30 シヴァナンダヨガ
		12:30~15:30 RYT200(4期)		12:30~16:30 RYT200(4期)	13:00~17:00 RYT200(5期)	13:00~17:00 RYT200(5期)
		18:30~20:00 ヨガビギナー	18:30~20:00 ヨガアドヴァンス	19:00~20:15 ヨガベーシック (75分クラス)		
21	22 10:00~11:30 やさしい シヴァナンダヨガ	23 10:00~11:30 ヨガベーシック	24 10:00~11:30 ヨーガセラピー	25 10:00~11:30 ヨガビギナー (アクティブ)	26 9:30~12:00 入門コース①	27 10:30~12:00 ヨガビギナー
		12:30~15:30 RYT200(4期)	13:00~14:30 マタニティヨガ+ ティータイム	12:30~16:30 RYT200(4期)	13:00~17:00 RYT200(5期)	
			18:30~20:00 シヴァナンダヨガ			
19:00~20:30 special class 満月ヨガ	18:30~20:00 ヨガベーシック					
28 10:00~11:30 ヨガビギナー	29 10:00~11:30 ヨガベーシック	30 10:00~11:30 シヴァナンダヨガ	31			
		12:30~17:00 RYT200(4期)				
19:00~20:15 ヨガビギナー (75分クラス)	18:30~20:00 ヨーガセラピー	18:30~20:00 ヨガビギナー (アクティブ)				

当スタジオは平成30年11月から完全予約制になりました。ご予約のうえ、ご参加ください。

※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。



yogame.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)

●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

[ご予約・お問い合わせ]

TEL: 070-5578-9078

Mail: info@yogame.tokyo

HP: http://yogame.tokyo/yamagata

