YOGA ME！山形

class schedules 2

※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31年1月11日更新]

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1 10:00～11:30 リストラティブヨガ 12:30～15:30 RYT200(4期)	2 9:30～12:00 入門コース② 13:00～18:00 RYT200(5期)	3 10:30～12:00 ヨガビギナー （アクティブ）
4 10:00～11:30 ヨガビギナー 12:30～16:30 RYT200(4期) 19:00～20:30 ヨガベーシック	5 10:00～11:30 ヨーガセラピー 13:00～14:30 マタニティヨガ+ ティータイム 19:00～20:30 special class （新月ヨガ）	6 10:00～11:30 シヴァナンダヨガ 12:30～17:30 RYT200(4期) 19:00～20:30 ヨガアドヴァンス	7 19:00～20:30 ヨガビギナー	8 10:00～11:30 ヨガベーシック 12:30～18:00 RYT200(4期)	9 9:30～12:00 入門コース③ 13:00～17:30 RYT200(5期)	10 10:30～12:00 ヨガビギナー
11　建国記念日 10:00～12:00 WS 寒さに負けない体づくりのためのヨガ 13:00～16:00 WS（各1時間） 瞑想＆選べる3つのティータイム	12 10:00～11:30 ヨガビギナー （アクティブ） 18:30～20:00 ヨーガセラピー	13 10:00～11:30 シヴァナンダヨガ 12:30～15:30 RYT200(4期) 18:30～20:00 リストラティブヨガ	14 18:30～20:00 ヨガビギナー	15 10:00～11:30 ヨガビギナー 12:30～15:30 RYT200(4期)	16 9:30～12:00 入門コース④ 13:00～16:00 RYT200(5期)	17 10:30～12:00 ヨガビギナー 13:00～17:00 RYT200(5期)
18 10:00～11:30 ヨガベーシック 12:30～17:30 RYT200(4期) 19:00～20:15 ヨガビギナー （75分クラス）	19 10:00～11:30 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 19:00～20:30 ヨガビギナー （アクティブ）	20 10:00～11:30 ヨガビギナー 12:30～16:30 RYT200(4期)	21 19:00～20:30 シヴァナンダヨガ	22 10:00～11:30 ヨガビギナー （アクティブ） 12:30～16:30 RYT200(4期) 19:00～20:30 ヨガベーシック	23 9:30～12:00 入門コース⑤ 13:00～17:00 RYT200(5期)	24 10:00～11:30 ヨガビギナー
25 10:00～11:30 ヨガビギナー 12:30～16:30 RYT200(4期)	26 18:30～20:00 ヨガビギナー	27 10:00～11:30 シヴァナンダヨガ 18:30～20:00 ヨガベーシック	28 10:00～11:30 ヨガベーシック 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

［ご予約・お問合わせ］
ＴＥＬ：070-5578-9078
Ｍａｉｌ：info@yogame.tokyo
ＨＰ　：http://yogame.tokyo/yamagata

●RYT200 は全米ヨガアライアンス認定指導者養成講座です