


横浜校 5月 ヨガレッスンスケジュール

2019/5/11更新

月	火	水	木	金	土	日
8:00		DOOR OPEN 8:30			DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
9:00	<p>【スケジュール QRコード】</p>  <p>★当校ホームページより、スケジュールをご確認頂けます。</p> <p>紙でのお渡しは行っておりませんので、予めご了承くださいませ。ご協力の程宜しくお願い致します。</p>	8:45 内田 薫 朝ヨガ			8:45 美都 くらら 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
10:00		10:00~14:00 RYT200	10:30 畠中 真梨 デトックスヨガ	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	10:30~12:00 イベントレッスン 杉本 卓万	10:00~13:00 小顔フェイシャルヨガ インストラクター養成 試験 美都 くらら
11:00		ロープレ1(骨盤調整)	11:50 畠中 真梨 アロマヨガ	11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ		
12:00		畠中 真梨				
13:00		14:30 上村さやか ハタヨガ	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:30 本田 雄介 リラックス	14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり リフレヨガ
14:00		15:50 上村さやか リストラティブ	15:50 鈴木 奈保子 リラックス	15:50 本田 雄介 パワーヨガ	15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり パワーヨガ
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00						
9:00			10:00~14:00 3月生 パワープログラミング① 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30 8:45 内田 薫 朝ヨガ	DOOR OPEN 8:30 8:45 美都 くらら 朝ヨガ
10:00	休校日	10:00~14:00 RYT200	10:00~14:00 RYT200 5月生 ヨガ哲学① 大塚 真苗 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	10:00~14:00 3月生 パワープログラミング① 内田 薫	10:00~12:00 5月生 入学式 美都 くらら
11:00		ロープレ2(パワー)		11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ		
12:00		畠中 真梨				
13:00						
14:00					IHTAセミナー 吉川先生	
15:00	14:30 上村さやか ヴィンヤサフロー	14:30 上村さやか ハタヨガ	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり パワーヨガ	
16:00	15:50 上村さやか リラックス	15:50 上村さやか リストラティブ	15:50 鈴木 奈保子 リラックス	15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり リラックス	
17:00						
18:00						
19:00		18:45 増永 早紀 ハタヨガ	18:45 内田 薫 ヴィンヤサフロー	18:45 杉本 卓万 ハタヨガ		
20:00		20:00 増永 早紀 リラックス	20:00 内田 薫 リラックス	20:00 杉本 卓万 リラックス		
9:00			10:00~14:00 3月生 パワープログラミング② 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30 8:45 内田 薫 朝ヨガ	DOOR OPEN 8:30 8:45 美都 くらら 朝ヨガ
10:00		10:00~12:00 5月生 入学式 内田 薫	10:00~14:00 RYT200	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	10:00~14:00 3月生 パワープログラミング② 内田 薫	10:00~14:00 5月生 IRマインド/身体の見方 美都 くらら
11:00			10:00~14:00 RYT200 5月生 ヨガ哲学② 大塚 真苗 (整体ルーム)	11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ		
12:00		ロープレ2(リラクゼーション)				
13:00		畠中 真梨				
14:00						
15:00	14:30 上村さやか ヴィンヤサフロー	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー	14:30 上村さやか ハタヨガ	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:30 本田 雄介 リラックス	14:30 櫻井 友美 ハタヨガ
16:00	15:50 上村さやか リラックス	15:50 安藤 恭子 リラックス	15:50 上村さやか リストラティブ	15:50 鈴木 奈保子 リラックス	15:50 本田 雄介 パワーヨガ	15:50 櫻井 友美 リラックス
17:00						
18:00						
19:00	18:45 平山 真希 シェイプアップヨガ		18:45 増永 早紀 ハタヨガ	18:45 内田 薫 ヴィンヤサフロー	18:45 杉本 卓万 ハタヨガ	
20:00	20:00 平山 真希 リラックス		20:00 増永 早紀 リラックス	20:00 内田 薫 リラックス	20:00 杉本 卓万 リラックス	
9:00			10:00~14:00 3月生 リラックスプログラミング① 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30 8:45 内田 薫 朝ヨガ	DOOR OPEN 8:30 8:45 美都 くらら 朝ヨガ
10:00		10:00~14:00 5月生 IRマインド/身体の見方 内田 薫	10:00~14:00 RYT200	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	10:00~14:00 3月生 リラックスプログラミング① 内田 薫	10:00~14:00 5月生 運動解剖学 美都 くらら
11:00	IHTAセミナー 三和先生		実技試験対策 畠中 真梨	10:00~14:00 RYT200 5月生 ヨガ哲学③ 大塚 真苗 (整体ルーム)		
12:00						
13:00						
14:00						
15:00	14:30 上村さやか ヴィンヤサフロー	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー	14:30 上村さやか ハタヨガ	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:30 本田 雄介 リラックス	14:30 本田 雄介 パワーヨガ
16:00	15:50 上村さやか リラックス	15:50 安藤 恭子 リラックス	15:50 上村さやか リストラティブ	15:50 鈴木 奈保子 リラックス	15:50 本田 雄介 パワーヨガ	15:50 本田 雄介 リラックス
17:00						
18:00						
19:00	18:45 平山 真希 ハタヨガ	18:45 佐藤 真子 パワーヨガ	18:45 増永 早紀 パワーヨガ	18:45 内田 薫 ヴィンヤサフロー	18:45 杉本 卓万 ハタヨガ	
20:00	20:00 平山 真希 スローフロー	20:00 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	20:00 増永 早紀 リラックス	20:00 内田 薫 リラックス	20:00 杉本 卓万 リラックス	
9:00			10:00~14:00 3月生 リラックスプログラミング② 美都 くらら			
10:00		10:00~14:00 3月生 運動解剖学 内田 薫	10:00~14:00 RYT200	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ		
11:00	IHTAセミナー ケン・ハラクマ先生		1級 認定試験 実技 畠中 真梨	10:00~14:00 RYT200 5月生 ヨガ哲学④ 大塚 真苗 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	
12:00					11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	
13:00						
14:00						
15:00	14:30 上村さやか ヴィンヤサフロー	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー	14:30 上村さやか ハタヨガ	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:30 本田 雄介 リラックス	
16:00	15:50 上村さやか リラックス	15:50 安藤 恭子 リラックス	15:50 上村さやか リストラティブ	15:50 鈴木 奈保子 リラックス	15:50 本田 雄介 パワーヨガ	
17:00						
18:00						
19:00	18:45 平山 真希 ハタヨガ		18:45 増永 早紀 ハタヨガ	18:45 内田 薫 ヴィンヤサフロー	18:45 本田 雄介 肩こり解消ヨガ	
20:00	20:00 平山 真希 骨盤調整ヨガ		20:00 増永 早紀 リラックス	20:00 内田 薫 リラックス	20:00 本田 雄介 リラックス	

通解レッスン マンスリーまたは受講表で参加可能 | 初心者おススメレッスン マンスリーまたは受講表で参加可能 | イベントレッスン マンスリーまたは受講表で参加可能 | 有料イベントレッスン 会員1,000円・一般2,500円 | IIR養成コース2級ヨガ講師 受講申込者のみ参加可能 | RYT・1級・専科コース講師 受講申込者のみ参加可能 | IHTA協会ワークショップ IHTAのHPよりお申込み