


横浜校 6月 ヨガレッスンスケジュール

2019/4/30更新

月	火	水	木	金	土	日
8:00					DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
9:00	【スケジュール QRコード】 				8:45 内田 薫 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
10:00					10:00~14:00 3月生 リラックスプログラミング② 内田 薫	10:00~14:00 5月生 運動生理学 美都 くらら
11:00						
12:00						
13:00						
14:00					14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり リフレヨガ
15:00					15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり パワーヨガ
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00						
3	4	5	6	7	8	9
9:00			10:00~14:00 3月生 ロールプレイング① 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00	10:00~14:00 5月生 運動生理学 内田 薫	10:00~12:00 RYT200 卒業式 畠中 真梨	10:00~14:00 RYT200 5月生 機能解剖学 畠中 真梨 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	8:45 本田 雄介 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
11:00				11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	10:00~14:00 3月生 ロールプレイング① 内田 薫	10:00~14:00 5月生 ヨガの哲学 美都 くらら
12:00						
13:00		13:10 上村さやか ハタヨガ		13:00 本田 雄介 リラックス		
14:00		14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー	14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ	14:20 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり パワーヨガ
15:00	15:50 安藤 恭子 リラックス		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
16:00						
17:00		16:30 畠中 真梨 アロマヨガ				
18:00						
19:00	18:45 佐藤 真子 シェイプアップヨガ	18:45 増永 早紀 ハタヨガ		18:45 杉本 卓万 ハタヨガ		
20:00	20:00 佐藤 真子 リストラティブ	20:00 増永 早紀 リラックス		20:00 杉本 卓万 リラックス		
10	11	12	13	14	15	16
9:00			10:00~14:00 3月生 ロールプレイング② 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00	10:00~14:00 5月生 ヨガの哲学 内田 薫	10:30 内田 薫 スローフロー	10:00~14:00 RYT200 5月生 機能解剖学「下肢①」 畠中 真梨 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	8:45 内田 薫 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
11:00		11:50 内田 薫 肩こり解消ヨガ		11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	10:00~14:00 3月生 ロールプレイング② 内田 薫	10:00~14:00 5月生 誘導方法と表現 美都 くらら
12:00						
13:00		13:10 上村さやか ハタヨガ				
14:00		14:30 上村さやか リストラティブ			14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり リフレヨガ
15:00	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー		14:30 鈴木 奈保子 コアメイキングヨガ		15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり パワーヨガ
16:00	15:50 安藤 恭子 リラックス	15:50 内田 薫 ヴィンヤサフロー	15:50 鈴木 奈保子 リラックス			
17:00						
18:00						
19:00	19:00 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 杉本 卓万 ハタヨガ		
20:00	20:10 平山 真希 リラックス	20:00 増永 早紀 リラックス		20:00 杉本 卓万 リラックス		
17	18	19	20	21	22	23
9:00		10:30 畠中 真梨 骨盤調整ヨガ	10:00~14:00 3月生 試験対策 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00	10:00~14:00 5月生 パワーヨガプログラミング① 内田 薫	11:50 畠中 真梨 パワーヨガ	10:00~14:00 RYT200 5月生 機能解剖学「下肢②」 畠中 真梨 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	8:45 内田 薫 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
11:00				11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	10:00~14:00 3月生 試験対策 内田 薫	10:00~14:00 5月生 パワーヨガプログラミング① 美都 くらら
12:00						
13:00		13:10 上村さやか ハタヨガ		13:00 本田 雄介 リラックス		
14:00		14:30 上村さやか リストラティブ		14:20 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり パワーヨガ
15:00	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー		14:30 安藤 恭子 コアメイキングヨガ		15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり リラックス
16:00	15:50 安藤 恭子 リラックス		15:50 安藤 恭子 リラックス			
17:00		16:30 畠中 真梨 アロマヨガ				
18:00						
19:00	19:00 平山 真希 ハタヨガ	18:45 佐藤 真子 シェイプアップヨガ	18:45 増永 早紀 パワーヨガ	18:45 杉本 卓万 ハタヨガ		
20:00	20:10 平山 真希 スローフロー	20:00 佐藤 真子 リストラティブ	20:00 増永 早紀 リラックス	20:00 杉本 卓万 リラックス		
24	25	26	27	28	29	30
9:00		10:30 畠中 真梨 パワーピナー	10:00~14:00 3月生 IHTA認定試験 美都 くらら		DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00	10:00~14:00 5月生 パワーヨガプログラミング② 内田 薫	11:50 畠中 真梨 デトックス	10:00~14:00 RYT200 5月生 機能解剖学「上肢・連動」 畠中 真梨 (整体ルーム)	10:00 佐藤 真子 パワーヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ	8:45 美都 くらら 朝ヨガ
11:00				11:20 佐藤 真子 骨盤調整ヨガ	10:00~14:00 3月生 試験対策 美都 くらら(代行)	10:00~14:00 5月生 パワーヨガプログラミング② 美都 くらら
12:00						
13:00		13:10 上村さやか ハタヨガ		13:00 本田 雄介 リラックス		
14:00		14:30 上村さやか リストラティブ		14:20 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 本田 雄介 パワーヨガ	14:30 佐藤 みどり リフレヨガ
15:00	14:30 安藤 恭子 ヴィンヤサフロー		14:30 美都 くらら 月礼拝		15:50 本田 雄介 リラックス	15:50 佐藤 みどり パワーヨガ
16:00	15:50 安藤 恭子 リラックス		15:50 畠中 真梨 デトックスヨガ			
17:00		16:30 畠中 真梨 アロマヨガ				
18:00						
19:00	19:00 平山 真希 ハタヨガ	18:45 増永 早紀 ハタヨガ		18:45 杉本 卓万 ハタヨガ		
20:00	20:10 平山 真希 骨盤調整ヨガ	20:00 増永 早紀 リラックス		20:00 杉本 卓万 リラックス		

レッスンの時間帯を一部変更しております。

★当校ホームページより、スケジュールをご確認頂けます。
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。

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 | IYR養成コース2級ヨガ講師 受講申込者のみ参加可能 | RYT1・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