

矢部駅南口徒歩 1 分骨盤アロマヨガスタジオペルヴィス 定員 12 名 1 レッスン 70 分

	月	火	水	木	金	土	日
8:40						朝ヨガ☺ 土日限定☆☆ AMI	朝ヨガ☺ 土日限定☆☆ YUKA
10:20	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ CHIE/MIZUKA	太陽と月のフロー★ 自然と調和の harmony AKEMI	骨盤ダイエット☺ 体質改善☆☆ CHIAKI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MINA	キレイになるヨガ Relax&Detox☺☆☆ AYUMI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AMI	アシュタンガヨガ ハーフプライマリー★★ YUKA
12:00	肩こり解消ヨガ☺ 肩甲骨ストレッチ☆☆ AKEMI/MIZUKA	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AKEMI	ハートオブヨガ☺ 呼吸に寄りそう☆☆ CHIAKI	ハタ・ベーシック YOGA の極み★★ MINA	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AYUMI	月礼拝フローヨガ★ 満ち欠けムーンサイクル MEGUMI	リラクソヨガ☺ こころにやさしい☆ YUUMI
13:40	リラクソヨガ☺ こころにやさしい☆ AKEMI	マタニティヨガ 15 週～臨月まで MINA/RIEKO	癒しの陰ヨガ☆ 腎・肝・脾・心肺の経絡 MINA	産後ママベビーヨガ 2ヶ月～1才程度まで MINA	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ AMI	リラクソヨガ☺ こころにやさしい☆ MEGUMI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ YUUMI
15:20	第 2・4 限定☆☆ 筋膜リリースヨガ☺ AKEMI	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ MINA/RIEKO	スローフロー☺★ 安眠と目覚めの為に♪ MINA	リラクソヨガ☺ こころにやさしい☆ MINA	タイ古式マッサージ ※60 分予約制 AMI (MINA)	15:20～第 1・3 週 パワーヨガ★★ MINA	第 1・3・5 限定☆☆ ハタヨガ☺ YUUMI
18:20	☺どなたでも OK ♡大人気クラス ☆やさしい癒しのクラス	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ ICHI	アシュタンガヨガ ハーフプライマリー★★ ICHI	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ YUKA	肩こり解消ヨガ☺ 肩甲骨ストレッチ☆☆ ERINA	15:20～第 2・4 週 癒しの陰ヨガ☆ MINA	
20:00	☆☆バランス良いクラス ★流れるようなフローヨガ ★★燃焼発汗強度大	スリムアップ 腰痛予防☆☆ ICHI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ ICHI	月礼拝フローヨガ★ 満ち欠けムーンサイクル YUKA	夜ヨガ☺☆☆ 平日の疲れに ERINA		



初回体験
1000 円
税別
ヨガマット無料

持ち物
動きやすい服装・水分補給の飲物・タオル
開始 10 分前にはお越しください
骨盤調整☺5 週目限定→骨盤ダイエット
土曜日 5 週目→太陽と月のアロハヨガ

祝日は 18 時以降お休みです。

ホームページをご覧ください⇒ <https://www.inyoga.jp/>

予約はこちら⇒ <https://yogapelvis/resv.jp/>



横浜線矢部駅南口徒歩 1 分
相模原市中央区矢部 3-16-1
ナガヤマビル 2F ヨガスタジオ Pelvis
☎042-851-4877 (スタジオ直通)
☎090-6317-3777 (代表宛)
※レッスン中は電話にできません
✉ inyoga.jp@gmail.com