

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☆☆ MEGUMI/MIZUKA	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AKEMI	ハートオブヨガ☺ 呼吸に寄りそうハタヨガ CHIAKI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MINA	キレイになるヨガ Relax&Detox☺☆☆ AN☺(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	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ AKEMI/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	ハタ・ベーシック YOGA の極み★★☆ MINA	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AN☺(AYUMI)	チャンドラヨガ★ 浄化と動く瞑想 MEGUMI	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ YUUMI
13:40	肩腰ほぐしヨガ☺ 肩こり・腰痛対策☆ AKEMI	産後ママベビーヨガ 2ヶ月〜2歳の子連れ MINA/RIEKO	癒しの陰ヨガ♡ 経絡の yinyoga MINA	産前マタニティヨガ 妊活時期〜臨月まで MINA	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ AMI	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ 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	第 1・3 限定★ 月フローヨガ MINA	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ MINA	第 2・4 限定★ アシュタンガヨガ AMI	第 1 スローフロー☺ 第 2 アロハヨガ☺★ 第 3 パワーヨガ★★★ 第 4 四季の陰ヨガ♡ 第 5 キック★★★★ MINA	第 1・3 限定☆☆ ハタヨガ☺ YUUMI
18:20	骨盤調整☺ 5 週目限定 (29-31 日)→ 骨盤ダイエット♡ 体幹強化クラス	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MISAKO	やさしい太陽礼拝 & リラックス☺★ BARU	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ YUKA	肩腰ほぐしヨガ☺ 肩こり・腰痛対策☆ ERINA		
20:00		プラーナヨガ☺☆☆ 眠りの YOGA NIDRA MISAKO	キレイになるヨガ Relax&Detox☺☆☆ BARU	月フローヨガ★ 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

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

◆水曜日 15:20 第 2・4 週
座学〜ヨガ哲学から教えまで〜
◆金曜日 15:20 第 1・3・5 週
タイ古式マッサージ※予約制

祝日は 18 時以降お休みです。予約は開始 30 分前まで OK
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/>



相模原市中央区矢部 3-16-1 永山ビル 2F
☎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