

2021年10月~12月❀矢部駅徒歩2分昼間専用ヨガスタジオペルヴィス❀

	月	火	水	木	金	土	日
8:40	人数制限9名					朝ヨガ☺ 土日限定☆☆ AMI	朝ヨガ☺ 土日限定☆☆ MEMI
10:20	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ MEGUMI	やさしい太陽礼拝 動と静のヨガ★ MIZUKA	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ SATOMI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MINA	キレイになるヨガ Relax&Detox☺ MINA	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ AMI	陰陽ヨガ YinYangYoga☺ MEMI
12:00	マインドフルネス ヨガフロー★ MEGUMI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MIZUKA/MINA	シヴァナンダヨガ 伝統的スタイル★☆☆ SATOMI	ハタ・ベーシック YOGAの極み★☆☆ MINA	クレンジングフロー☺ Meditation SlowFlow MINA	チャンドラヨガ 浄化と動く瞑想★ MEGUMI	アンチエイジングヨガ いつまでも若く健康に♡ KANAKO
13:40	ローリングリストラ ティブヨガ☺ AKEMI	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ RIEKO/MINA	月と陰のヨガ☺ Moon&Yinyoga MINA	リラックスヨガ☺ こころにやさしい☆ MINA	ハタヨガ☺ スタンダード☆☆ AMI	リラックスヨガ☺ こころにやさしい☆ MEGUMI	骨盤調整☺ 人気・おすすめ♡ MISAKO
15:20	リラックスヨガ☺ Withヒーリングハーブ AKEMI	クレンジングフロー☺ Meditation SlowFlow RIEKO/MINA	骨盤ダイエット with Hiit エクササイズ★★ MINA	産前産後 YOGA☺ マタニティ〜ママヨガ MINA	第1・3 ルーシーダットン 第2・4 アシュタンガ★ AMI	第1・3 パワーヨガ★ 第2・4 癒しの陰ヨガ MINA	プラーナヨガ☺ 眠りのヨガニドラ MISAKO



初回体験
1100円
税込
ヨガマット無料

※月曜日 17:00 小型ハーブ個人レッスン 50分(前日予約)税込 4400円 ※金曜日 17:00 タイ古式マッサージ 60分(前日予約)4チケット又は税込 5500円

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/>



動きやすい服装・水分補給の飲物・タオル

開始 10 分前にはお越しく下さい

相模原市中央区矢部 3-16-1 永山ビル 2F

☎042-851-4877

✉inyoga.jp@gmail.com



プライベートオンライン60分 3000円
グループオンライン30分 1人1000円(2~5名)
1名限定対面プライベート90分 5000円 at home
対面セミプライベート 120分 アクティブルーム貸切 8000円

■MINAYOGA 第2・4土曜日限定開催 少人数制 湘野辺駅在宅
10:00 美骨盤ヨガ/11:30 ハタヨガ Basic/13:00 リラックスフロー
1レッスン 1500円 LINE@724jwvngx までお問い合わせください。
内閣府認証 NPO 法人日本予防医学療術協会認定ヨガインストラクター