

2017年 7月 クラススケジュール

お問い合わせはお気軽に **06-6881-3317**
 info@spirityogastudio.com

月		火	水		木		金		土	日
6F	5F	6F	6F	5F	6F	5F	6F	5F	6F	6F
6:15-9:30 アシュタンガ マイソール Rachel		6:15-9:30 アシュタンガ マイソール Rachel	6:15-9:30 アシュタンガ マイソール Rachel		6:15-9:30 アシュタンガ マイソール Rachel		6:15-9:30 アシュタンガ マイソール Rachel			8:30-10:00 アシュタンガ レッドクラス Rachel
11:00-12:30 シヴァナンダ ヨガ Syousei		11:00-12:30 ハタヨガ Mineko	11:00-12:15 筋膜セラピ- Sumiyo		10:30-12:00 ハタヨガ Toshi		10:30-12:00 アシュタンガ ヨガ (英語) Rachel	11:00-12:15 ベーシック ハタ Sawa	10:30-12:00 ボディ ム-ブメント Saya	11:00-12:30 ヴィンヤサ ヨガ (英語) Rachel
13:00-14:30 リストラティブ ヨガ Misa		13:00-14:30 ベーシック アシュタンガ Toshi	13:00-14:30 チャクラ ヴィンヤサ Haidar		12:30-14:00 陰ヨガ Saya		13:00-14:30 ヴィンヤサ ヨガ Mineko		12:30-14:00 スパイラル フロー Ryota	13:00-14:30 シヴァナンダ ヨガ Syousei
18:30-20:00 アシュタンガ ヨガ (英語) Rachel	19:30-21:00 ハタヨガ (アイアンガー) Haidar	18:30-19:45 ヴィンヤサ ヨガ Kumi	18:30-20:00 ヴィンヤサ ヨガ (英語) Rachel	19:00-20:30 チャクラ ヴィンヤサ Haidar	18:30-20:00 アロマ リラックス Rumi	19:00-20:30 ベーシック ハタ Haidar	19:00-20:30 リストラティブ ヨガ Rumi		14:30-15:45 ハタヨガ Kumi	15:00-16:15 サウンド ヒーリング ヨガ Shimako

★: 英語対応可 📖: 初心者OK 😊: マタニティー可 (※事前にご相談が必要です)
 初めての方には、体験3回2,991円(有効期限3週間)
 ゴールドメンバーパス 1日350円でレギュラークラス受け放題!
 10回チケット発売開始! 18,510円(有効期限3ヶ月) ※表示はすべて税抜き価格です

お電話受付時間 ☎06-6881-3317

月～金10:00～20:30 土・日 10:00～16:00 *祝日/スタジオ休業日によって変動あり

クラスに関するお知らせ

＋時間変更＋

- ・7/17(月)15:00-アシュタンガヨガ/Rachel
- ・7/17(月)18:30-ハタヨガ(アイアンガー)/Haidar

* 代行 *

- ・7/17(月)13:00-リストラティブ/Misa⇒Ann(英語)
- ・7/26(水)13:00-チャクラヴィンヤサ/Haidar⇒ヴィンヤサヨガ/Rachel
- ・7/27(木)19:00-ベーシックハタ/Haidar⇒筋膜セラピー/Sumiyo
- ・7/31(月)19:30-ハタヨガ(アイアンガー)/Haidar⇒ハタヨガ/Rumi

休講

- ・7/25(火)18:30-ヴィンヤサヨガ/Kumi⇒休講
- ・7/25(火)19:00-陰ヨガ/Ikuyo⇒休講
- ・7/26(水)19:00-チャクラヴィンヤサ/Haidar⇒休講

～Moon Day～

- ・9日(日),23日(日)マイソールアシュタンガ/Rachel⇒休講

インストラクター養成コース

★特別割引実施中！！★

* 全米ヨガアライアンス200時間認定インストラクター養成コース *

Haidar Ali & Guest Teachers

《週末コース》9月2日スタート！ ★スピリットヨガ10周年特別割引実施中！！

* ヨーガ哲学ティーチャースキルアップコース ～ヨーガの本質と実践 with Amrita Toshi

7月29日(土),30日(日)

【無料クラス&無料説明会】 毎週水曜15:30～(*スピリットヨガ5Fにて *要予約)

※水曜以外・または上記時間以外でもご予約可能です。

ご希望の方はご都合の良い日時をお知らせの上ご予約ください。

※詳細・ご予約は下記予約フォームまたはお電話にてお問合せをお願い致します。

※イベント・ワークショップ※

* 体幹アジャストワークショップ by Ryota

7月1日(土) 15:00～17:00

* Spirit Yoga 10th Anniversary Party(大阪) @6F

7月1日(土) 19:00～22:00

* セタスペシャルイベント ヨガニドラ～星に願いを～(大阪)

7月7日(金) 19:00～20:30

* プライベートレッスン Anjuna healing セッション

7月8日(土),9日(日)

* Japanese Aromaワークショップ Anjuna Kumiko

7月8日(土)10:00-13:00

* Feng shui モダン風水【flow magic ナガレノ空間術ワークショップ】

7月9日(日)10:00-13:00