

3月

2026

クラス料金☆○★：ドロッパイン☆マスタークラス(70-80分)&ピラティス(60分)¥2,000/○レギュラークラス75分¥1800/★エントリークラス&マタニティ・産後クラス75分¥1,700/坐禅会・夜坐会(60分) ¥500/回数券: 10回券¥16,000 (有効期限 6ヶ月/産後&マタニティ券は1年有効 パートナー割-100円)/5回券 ¥9,000 (4ヶ月) /65歳以上割引回数券15,000円 (6ヶ月)
 申込方法: レギュラークラスやクッキングクラス、ヨガイベントなどはスタジオHPからお申し込みください。

◆RYT200指導者養成講座、RYT300専門講座はスクールHPからお申し込みください →



スタジオHP



Official LINE



Instagram



スクールHP

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5	6	7
☆7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ ☆9-10:15 季節の陰陽ヨガ YokoH/ ○10:45-12 はじめてのヨガ Emma	☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ CC 19:30-20:40 ヨガベーシック Sayoko	●満月 20-21 夜坐の会 興福寺住職 西村恵学	■ 9:30-16:40 京都ハイシニアヨガ指導者養成講座 ◆ 9:30-16:40 キッズヨガ養成講座(滋賀) Sachiko /CC 19:30-20:40 ヨガベーシック Mika	☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ☆10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガSachiko/ CC19:30-20:40 やさしいヨガ Ami/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko 木曜コース①	8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/ ○19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki	○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ★9-10:25 リラックスヨガ(85分) Keiko/★10:45-11:45 マタニティ&産後ヨガ Ami /☆18:30-19:45 ハタヨガフロア Sachiko/
8	9	10	11	12	13	14
6-7:15 ほほえみ坐禅会 Egaku/ ☆7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ ○9:30-10:45 はじめてのヨガ Emma CC 13-14:10 ヨガベーシック Kayo	☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ CC19:30-20:40 やさしいヨガ Haru		10-13 FLOWSHIKIヨガ体験 ワークショップ by Motko & Yuri (お申し込みは講師へ直接かMatagniへメール/LINEで)	☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ CC 10:30-11:40 やさしいヨガ Miki/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko 木曜コース②/CC 19:30-20:40 ヨガベーシック Mika	8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/ ○19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki	○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ○9:00-10:15 はじめてのヨガ Emma★10:30-11:45 マタニティ&産後ヨガ Ami
15	16	17	18	19	20	21
興福禅寺大般若祈祷会 17-18:15 ハタヨガベーシック Sachiko	☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ CC 19:30-20:40 ヨガベーシック Sayoko	20-21 夜坐の会 興福寺住職 西村恵学 ◆9:30-16:30 陰ヨガ指導者養成講座① YokoH	CC 19:30-20:40 ヨガベーシック Mika	●新月☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ☆10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガSachiko/ CC19:30-20:40 やさしいヨガ Ami/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko 木曜コース③	○7:30-8:45 呼吸を深めるデトックスヨガ Sachiko/ ○19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki	○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ★9:30-10:45 デトックス Mao/ ★11-12:15 マタニティ&産後 Mao
22	23	24	25	26	27	28
興福禅寺彼岸施餓鬼/17-18:15 ハタヨガフロア Sachiko	☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ CC19:30-20:40 やさしいヨガ Haru	◆9:30-16:30 陰ヨガ指導者養成講座② YokoH		☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ CC 10:30-11:40 やさしいヨガ Miki/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko木曜コース④	8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/ ○19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki	6-7:15 ほほえみ坐禅会 Egaku/ ○7:45-9 やさしいパワーヨガ Kaori/ ○9:30-10:45 はじめてのヨガ Emma/ ★10:30-11:45 マタニティ&産後ヨガ Ami ◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko① ★16:30-17:55 リラックスヨガ(85分) Keiko
29	30	31	1	2	3	4
☆7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ ☆9-10:15 季節の陰陽ヨガ YokoH/ CC 13-14:10 ヨガベーシック Kayo/◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko②	☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ CC19:30-20:40 やさしいヨガ Haru	◆9:30-16:30 陰ヨガ指導者養成講座③ YokoH	<p>～コミュニティクラスCC～</p> <p>2025年10月にMatangi Yoga 指導者養成講座を修了したインストラクターによる70分のクラスです。 元気・ヨガ愛・個性あふれる6名の先生方が ビギナー向けの『やさしいヨガ』と、ヨガポーズを深めてデトックスを試みる『ヨガベーシック』を担当。 ご受講料は初回と2回目税込1100円。3回目からは税込1500円です。 回数券の方は1回1600円相当として、500円のキャッシュバックがございます。 新しいキャリアをスタートさせ意気込んでいる6名を応援する気持ちで、ぜひお気軽にご参加ください。</p>			