

4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
29	30	31	1	2	3	4
<p>～Matangi Yoga & Life 7周年祭～ 2026年4月末、Matangi Yoga & Life は7周年を迎えます。 禅寺という静かな場所でみなさまに支えられながこまで続けてこられたことを心より感謝します。7周年の感謝を込めて週末の夜のレッスンを700円でご受講いただけるクラスを用意しました。 初めての方も、お久しぶりの方も、どうぞお気軽にお越しください。 これからも地域のみなさまと穏やかな時間を育んでいけたら嬉しいです。</p>			<p>19:45-21 キャンドルリットヨガ Mika</p>	<p>●満月☆8:45-10 アーサナ101 YokoH☆10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガSachiko/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko</p>	<p>8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/ 7周年700円ヨガ 19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ★9:30-10:55 リラックスヨガ(85分) Keiko/◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko/7周年700円19:30-20:45 理学療法士のセルフケアヨガAmi</p>
5	6	7	8	9	10	11
<p>☆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 ◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko</p>	<p>☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/★19:30-20:45 美姿勢ヨガ Haru</p>	<p>20-21 夜坐の会 興福寺住職 西村恵学</p>	<p>☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ☆10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko/ ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko</p>	<p>8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/7周年700円ヨガ19:45-21 ハタヨガ フロー Sachiko</p>	<p>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 ★10:45-12 理学療法士のマニティ&産後ヨガ Ami/7周年700円ヨガ 19:30-20:45 デトックスキャンドル Mayuki</p>	
12	13	14	15	16	17	18
<p>☆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</p>	<p>☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ ○20-21:15 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>◆RYT200滋賀水曜コース/19:45-21 キャンドルリットヨガ Mika</p>	<p>☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ★10:30-11:45 やさしいヨガ Miki ◆13-16:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko</p>	<p>●新月☆8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/7周年700円ヨガ19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ○9-10:15 はじめてのヨガ Emma/ ◆9-16:40 RYT200滋賀土曜コース/7周年700円ヨガ19:30-20:45 ハタヨガベーシック Sachiko</p>	
19	20	21	22	23	24	25
<p>☆7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ ◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko ○18-19:15 季節の陰陽ヨガ Mayuki</p>	<p>9-10:15 ハタヨガベーシック Sachiko☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ ★19:30-20:45 美姿勢ヨガ Haru</p>	<p>20-21 夜坐の会 興福寺住職 西村恵学 ◆RYT200滋賀水曜コース9-16:40</p>	<p>☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ☆10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko/</p>	<p>8-9:50 プライマリーレッド Sachiko/7周年700円ヨガ 19:45-21 やさしいパワーヨガ Kaori</p>	<p>○7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ ★9:30-10:55 リラックスヨガ(85分) Keiko/13:30-14:30 マニティヨガ Sachiko◆9-16:40 RYT200滋賀土曜コース0/7周年700円ヨガ19:30-20:45 理学療法士のセルフケアヨガAmi</p>	
26	27	28	29	30	1	2
<p>6-7:15 ほほえみ坐禅会 Egaku/ ☆7:45-9 朝ヨガ Sachiko/ ○9:30-10:45 はじめてのヨガ Emma ◆14-17:30 呼吸法指導者養成講座 Sachiko○18-19:15 季節の陰陽ヨガ Mayuki</p>	<p>☆10:30-11:45 はじめてのヨガ YokoH/ ○20-21:15 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>◆RYT200京都火曜コース9:30-17:10</p>	<p>祝◆RYT200滋賀水曜コース9-16:40</p>	<p>☆8:45-10 アーサナ101 YokoH/ ★10:30-11:45 やさしいヨガ Miki</p>	<p>●満月/●新月</p>	