



the
vancouver
sky studio
yoga pilates english life

11月スケジュール
(毎週クラスは同じです)
NOVEMBER WEEKLY Schedule



月曜日 Monday

11:00-12:15 - Yu
Hatha Yoga
ハタヨガ (+ baby&kids 参加 ok)

13:30-15:00 - Yu
Ashtanga Vinyasa Yoga
アシュタンガヨガ

15:30-16:45 - Yu
Relax Yoga Nidra
リラックスヨガニードラ

19:00-20:15 - Yu
STARRY NIGHT Yoga
スターリーナイトヨガ

金曜日 Friday

13:00-14:15 - Yu
Relax Yoga Nidra
リラックスヨガニードラ

16:00-17:15 - Yu
Vinyasa Flow Yoga
ヴィンヤサフローヨガ

19:00-20:30 - Yu
Ashtanga Vinyasa Yoga
アシュタンガヨガ

電話 / tel - 06-6136-3307 メール / email - mail@thevancouverstudio.com

英会話のプライベートレッスンはこちらから。 www.great-englishsite.com

火曜日 Tuesday

7:00-8:00 - Yu
Morning Wake Up Yoga
目覚めのヨガ

13:00-15:15 - Ben & Yu
English & **NEW CLASS!**
SUPER CORE POWER Yoga!
英会話と
コア体幹パワーヨガ!

18:45-20:00 - Yu
Deep stretch yoga in ENGLISH
英語で行う **NEW CLASS!**
ディープストレッチヨガ

20:30-21:30 - EIMI
PILATES
ピラティス

土曜日 Saturday

8:00-10:00 - Yu
Special morning
Ashtanga Mysore
アシュタンガヨガ マイソール

11:30-12:45 - Yu
SUPER CORE Power Yoga!
コア体幹パワーヨガ!

13:30-14:45 - Yumi
Saturday Basic Yoga
土曜日のベーシックヨガ

15:30-16:30 - YOKO
PILATES
ピラティス

17:00-19:15 - Ben & Yu
Beautiful Bum Building Yoga & English!
キレイヒップメイクヨガと
英会話! **NEW CLASS!**

水曜日 Wednesday

11:00-12:15 - Naoko
Hatha Yoga
ハタヨガ (+ baby&kids 参加 ok)

15:00-16:15 - Yu
Power Yoga
パワーヨガ

19:00-21:15 - Ben & Yu
English & Hatha Yoga
英会話とハタヨガ

木曜日 Thursday

11:00-12:30 - Yu
Ashtanga Vinyasa Yoga
アシュタンガヨガ

14:00-16:15 - Ben & Yu
English &
Shoulder Release Yoga
英会話と肩首リリースヨガ

19:00-20:15 - Yu
Vinyasa Flow Yoga
ヴィンヤサフローヨガ

日曜日 Sunday

8:00-9:30 - Nobuko
Ashtanga Vinyasa Yoga
アシュタンガヨガ

10:30-11:45 - Yumi
Sunday Basic Yoga
日曜日のベーシックヨガ

PRICE LIST
YOGA / PILATES / YOGA & ENGLISH

選べる2回の体験レッスン!
初回1500円 + 2回目1000円
(初回レッスンから2週間以内有効)

マンスリーブス (1ヶ月) 13000円
1ヶ月ヨガクラス受け放題
プレミアムバス (1ヶ月) 15000円
1ヶ月ヨガクラス+ヨガと英会話クラス受け放題

2回チケット	(1ヶ月)	5500円
4回チケット	(2ヶ月)	10000円
6回チケット	(3ヶ月)	14000円
8回チケット	(4ヶ月)	17000円
10回チケット	(5ヶ月)	20500円
14回チケット	(6ヶ月)	28000円

回数券をお待ちの方は追加1000円でヨガと英会話クラスを受講して頂けます。

回数券 1回分+1000円

★2回目の体験レッスン後から
1週間以内に購入のチケットは、初回のみ全て1500円OFF

ドロップイン 3000円
ヨガと英会話クラスのドロップイン 4000円

レンタルマット 1回200円 半年2000円
マットキープ 半年1000円

子供料金
(Kids okクラスに親御様と参加して一緒にヨガをしたいお子様
に対する金額です。)
0-6才 無料 7-10才 500円 (マット込み) 11-15才 1000円

URL - www.thevancouverstudio.com