kyoto FIELD.FIT Studio nadi

次月スケジュールアップは第３火曜日21:30です

お気軽にお問い合わせください
075-746-4316
LINE公式アカウントからもできます。

NOVEMBER 2026



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
					1 9:00~10:00 マットピラティス NAOMI 10:15~11:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI 14:30~17:30 新ホリスティックメソッド『星の少年と生命のチャクラ』第5チャクラ IRINA
2 9:30~10:45 ハタヨガ KUMI 11:15~12:15 マットピラティス YURIKO 14:30~15:45 陰ヨガ 秋の養生 SACHIKO 19:00~20:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI	**3** 文化の日 9:30~10:45 リラックスフローヨガ YOSHI 11:15~12:30 自力整体 YOSHI 13:00~14:00 マットピラティス SAYURI 14:30~15:45 アシュタンガヨガ MIKI.K	**4** 9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO 11:15~12:15 マットピラティス DAIKI 13:00~14:15 姿勢コンディショニング＆ウォーキング SATORU 19:00~20:15 ヨギックアーツ YOSHI	**6** 9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI 11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA 12:45~14:00 陰ヨガ 冬の養生 SANDRA 19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE	**7** 9:00~10:15 ヨギックアーツ YOSHI 10:45~12:00 自力整体 YOSHI 13:00~14:30 バレエプレビギナー MEGUMI 14:00~15:15 優しく学ぶ初めてのヨガ AKIKO 16:00~17:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI	**8** 9:00~10:00 マットピラティス NAOMI 10:15~11:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI 14:30~15:45 フラダンス MAYUKO
9 9:30~10:45 ハタヨガ KUMI 11:15~12:15 マットピラティス YURIKO 14:30~15:45 陰ヨガ 秋の養生 SACHIKO 19:00~20:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI	**10** 9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I 11:15~12:30 マインドフルネスフローヨガ RYOCO.M 18:00~19:00 マットピラティス SAYURI 19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K	**11** 9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO 11:15~12:15 マットピラティス DAIKI 13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI 19:00~20:15 ヨギックアーツ YOSHI	**13** 9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI 11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA 13:00~14:00 ストレッチポールマッサージ MEGUMI 17:30~18:30 マットピラティス NAOMI 19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE	**14** 9:00~10:15 ジャイロキネシス MINA 10:45~12:00 自力整体 YOSHI 12:30~13:45 アシュタンガヨガ AMI 16:00~17:15 やさしいクリパルヨガ CHIE	**15** 9:00~10:00 マットピラティス NAOMI 10:15~11:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:15 アニマルヨガ CHIHIRO 14:45~16:00 リラックスフローヨガ SACHI
16 9:30~10:45 ハタヨガ KUMI 11:15~12:15 マットピラティス YURIKO 14:30~15:45 陰ヨガ 冬の養生 SACHIKO 19:00~20:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI	**17** 9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I 11:15~12:30 マインドフルネスフローヨガ RYOCO.M 18:00~19:00 マットピラティス SAYURI 19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K	**18** 9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO 11:15~12:15 マットピラティス DAIKI 13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI 19:00~20:15 ヨギックアーツ YOSHI	**20** 9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI 11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA 12:45~14:00 マインドフルネス陰ヨガ SANDRA 19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE	**21** 9:00~10:15 ヨギックアーツ YOSHI 10:45~12:00 自力整体 YOSHI 12:30~13:30 マットピラティス YUKA.H 14:00~15:15 優しく学ぶ初めてのヨガ AKIKO 16:00~17:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI	**22** 9:00~10:00 マットピラティス NAOMI 10:15~11:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI 14:30~15:45 フラダンス MAYUKO
23 勤労感謝の日 9:30~10:45 ハタヨガ KUMI 11:15~12:15 ストレッチポールマッサージ MEGUMI 12:45~14:00 アシュタンガヨガ AMI 14:30~15:45 陰ヨガ 冬の養生 SACHIKO	**24** 9:30~10:45 季節を味わうヨガ ー二十四節季ー AKANE 11:15~12:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:30 バレエプレビギナー MEGUMI 18:00~19:00 マットピラティス SAYURI 19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K	**25** 9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO 11:15~12:15 マットピラティス DAIKI 13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI 19:00~20:15 ヨギックアーツ YOSHI	**27** 9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI 11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA 12:45~14:00 マインドフルネス陰ヨガ SANDRA 17:30~18:30 マットピラティス NAOMI 19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE	**28** 9:00~10:15 ジャイロキネシス MINA 10:45~12:00 自力整体 YOSHI 12:30~13:30 マットピラティス YUKA.H 16:00~17:15 やさしいクリパルヨガ CHIE	**29** 9:00~10:00 マットピラティス NAOMI 10:15~11:30 自力整体 CHIE.M 13:00~14:00 フローヨガ NATSUKI 特別W.S 14:30~15:45 ジャイロキネシス MAKI 16:10~17:40 コンテンポラリーダンス MAKI
30 9:30~10:45 ハタヨガ KUMI 11:15~12:15 マットピラティス YURIKO 14:30~15:45 陰ヨガ 冬の養生 SACHIKO 19:00~20:15 太極拳（TAI-CHI） TOMI					

クラスの追加、変更がある
クラスや時間に赤マークついてます。

STUDIO スタジオプログラム

kyoto FIELD.FIT Studio nadi

次月スケジュールアップは第３火曜日21:30です

お気軽にお問い合わせください
075-746-4316
LINE公式アカウントからもできます。

NOVEMBER 2026



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
					1 7:30~8:30 ☆モーニングラン CHIHIRO 9:00~17:30 奈良さんぽ～彩秋巡り～ SATORU
2 19:15~20:15 ☆北山コミュニティランニング SATORU	3 文化の日 13:30~18:00 ☆めぐるめガイド　MEGUM	4 19:00~20:00 自分を追い越すランニング SATORU	6	7 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:30~14:30 しっかりトレッキング SATORU	8 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:30~11:30 紅葉ビギナートレイルランニング SATORU
9 19:15~20:15 北山ランニング SATORU	10	11 19:15~20:15 北山ビギナーランニング KAYA	13	14 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 8:30~12:00 リベンジオムラン　KAYA	15 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 10:00 ～ 13:30 ☆足とインソールのお悩み相談会　KOGA
16 19:15~20:15 北山ランニング SATORU	17	18 19:00~20:00 自分を追い越すランニング SATORU	20	21 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 8:30~12:00 小倉裏山紅葉ファストハイク KAYA	22 7:30~8:30 ☆モーニングラン CHIHIRO 9:30~17:30 滋賀さんぽ　YOSHI
23 勤労感謝の日 8:30~9:30 ☆さんぽと珈琲 MASA 10:00~12:30 トレイルランニング（ライト）　MASA 13:00~15:.30 ノルディックウォーク&ハイキング MASA	24 9:00~14:00 紅葉 鞍馬・貴船 ハイキング MASA	25 19:15~20:15 北山ビギナーランニング SATORU	27	28 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:00~17:00 紅葉狩り🍁トレイルランニング SATORU	29 7:30~8:30 ☆モーニングラン　CHIHIRO 12:00~15:00 紅葉🍁トレッキング　SATORU
30 19:15~20:15 北山ランニング SATORU					

アウトドアプログラムのレベルについて

- 初心者も安心クラス
- 健脚向きアクティブクラス

※その他アウトドアクラス参加にあたり
ご不安な方はスタッフまでお気軽にご相談ください。

☆ ライト会員カウントフリークラス
※土日に限り一般の方もフリーでご参加いただけます

クラスの追加、変更がある
クラスや時間に赤マークついてます。

OUTDOOR
アウトドアプログラム