

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE

カルド上野 3月スタジオスケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|---|--|--|---|--|---|
| 10:00 | | | | | カテゴリー・IR変更 | |
| 10:30 11:00 10:30~11:30 ビューティーヨガ 根岸 綾 ★アロマ | 10:30~11:30 週替わりレッスン ★★ | 10:30~11:30 コアトレヨガ YUMIKO ★★ | 10:30~11:30 ビギナーヨガ yu-ki ★アロマ | 10:30~11:30 ヴィンヤサ フローヨガ ゆきこ ★★★ | 10:30~11:30 リフレッシュヨガ MIKI ★★ | 10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★ |
| 11:30 | | | | | IR変更 | |
| 12:00 12:30 温活タイム 11:30~12:30 | 温活タイム 11:30~12:30 | 温活タイム 11:30~12:30 | 温活タイム 11:30~12:30 | 温活タイム 11:30~12:30 | 12:00~13:00 ビギナーヨガ MIKI ★アロマ | 12:00~13:00 パワーヨガ Shuly ★★★ |
| 13:00 13:30 13:00~14:00 デトックスヨガ Shuly ★★ | 13:00~14:00 ヒーリングヨガ yu-ki ★アロマ | 13:00~14:00 ビューティーヨガ ミヤコ ★ | 13:00~14:00 姿勢改善ヨガ 平瀬 友貴 ★★ | 13:00~14:00 ビギナーヨガ yumi ★ | 13:30~14:30 ベーシックヨガ さわだ ★★ | 13:30~14:30 ピラティス 平瀬 友貴 ★★ |
| 14:00 | 温活タイム 14:00~14:30 | | 温活タイム 14:00~14:30 | | | |
| 14:30 15:00 14:30~15:30 陰ヨガ Shuly ★ | 15:00~16:00 パワーヨガ 真央 ★★★ | 14:30~15:30 冷え・むくみ 改善ヨガ ミヤコ ★★ | 15:00~16:00 やさしい デトックスヨガ ANNA ★ | 14:30~15:30 ボディメイクヨガ 真央 ★★ | 15:00~16:00 やさしい フローヨガ しのぶ ★ | 15:00~16:00 ストレッチングヨガ 平瀬 友貴 ★アロマ |
| 16:00 | | | | | | |
| 16:30 17:00 16:00~17:45 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可 | 16:30~17:30 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可 | 16:00~17:45 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可 | 16:30~17:30 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可 | 16:00~17:45 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可 | 16:30~17:30 ヴィンヤサ フローヨガ YURIKO ★★★ | 16:30~17:30 ムーンサイクル ヨガ しのぶ ★★ |
| 17:30 | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | |
| 18:30 19:00 18:15~19:15 週替わりレッスン ★★★ | 18:00~19:00 ピラティス YURIKO ★★ | 18:15~19:15 ビギナーヨガ 別府 ゆうこ ★ | 18:00~19:00 リラックスヨガ asami ★ | 18:15~19:15 ベーシックヨガ MIKI ★★ | 18:00~19:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ YURIKO ★★ | 18:00~19:00 リラックスヨガ yumi ★ |
| 19:30 | | | | | 19:30 閉館 | 19:30 閉館 |
| 20:00 20:30 19:45~20:45 デトックスヨガ kanae ★★ | 19:30~20:30 ストレッチング ヨガ YURIKO ★ | 19:45~20:45 ボディメイクヨガ Ryu ★★ | 19:30~20:30 パワーヨガ yu-ki ★★★ | 19:45~20:30 リラックスヨガ あすか ★アロマ | <div>店舗案内</div> <div>【営業時間】平日: 10:00~22:30 土日祝: 10:00~19:30</div> <div>【フロント受付時間】 月・水・金: 10:00~16:00 17:45~21:30 火・木: 10:00~16:30 17:30~21:30</div> <div>【休館日】6日(金)、16日(月)、26日(木)、31日(火)</div> | |
| 21:00 | | | | | | |
| 21:30 22:00 21:15~22:00 ヒーリングヨガ Ryu ★ | 21:00~22:00 フローヨガ RISA ★★ | 21:15~22:00 週替わりレッスン ★アロマ | 21:00~22:00 冷え・むくみ 改善ヨガ yu-ki ★★ | 21:00~22:00 リフレッシュヨガ あすか ★★ | | |
| 22:30 | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | | |

※全てのレッスンは定員60名です。

※スタジオ内での私語はご遠慮ください。

※整理券はレッスン開始の30分前から5分前までフロントにて配布致します。

※整理券はなくなり次第、配布終了となりますので、予めご了承ください。

※同日2本目のレッスンは1,980円(税込)、時間外利用料1,980円(税込)でご参加いただけます。

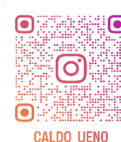
※スタジオ入室時間は **スタジオ消毒・清掃の関係で10分~15分前となっております。**

※レッスン開始後の **途中入退室はお断り**しております。シャワーブース場所取りの為の途中退室はご遠慮ください。

※スタジオへのバスタオル、フェイスタオル、お水以外のお持ち込みはお断りしております。 携帯電話や貴重品はロッカーにお入れください。

※バスタオルを敷いてご利用下さい。

Instagram、LINEでお得な情報発信中！



CALDO_UENO



LINE

予約不要！手ぶらでOK！
スマホで簡単チェックイン
登録はこちらから↓

