



CALDO UENO STUDIO TIMETABLE カルド上野 5月1日(金)~5月15日(金) スタジオスケジュール

5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)					
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 キャンドル陰ヨガ Shuly ★	10:30~11:30 朝の リフレッシュヨガ 根岸 綾 ★★	10:30~11:30 美姿勢リセット ヨガ 真記子 ★★	休館日					10:30~11:30 リフレッシュヨガ MIKI ★★	10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★	10:30~11:30 ビューティヨーガ 根岸 綾 ★アロマ	10:30~11:30 ベシックヨガ MAYUKA ★★	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 ★★★			
温活タイム 11:30~12:30	12:00~13:00 ピギナーヨガ MIKI ★アロマ	12:00~13:00 アロマパワーヨガ Shuly ★★★	12:00~13:00 キャンドル ピギナーヨガ 麓谷 直子 ★	12:00~13:00 ヴィンヤサ パワーヨガ 真記子 ★★★						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 ピギナーヨガ MIKI ★アロマ	12:00~13:00 パワーヨガ Shuly ★★★	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
13:00~14:00 ピギナーヨガ yumi ★	13:30~14:30 ベシックヨガ さわだ ★★	13:30~14:30 自律神経に アプローチ！ リフレッシュヨガ Key ★★	13:30~14:30 フロアヨガ Shuly ★★	13:30~14:30 ヒーリングヨガ yu-ki ★						13:00~14:00 姿勢改善ヨガ 平瀬 友貴 ★★	13:00~14:00 ピギナーヨガ yumi ★	13:00~14:00 ピギナーヨガ yumi ★	13:30~14:30 ベシックヨガ さわだ ★★	13:30~14:30 ベラティス 平瀬 友貴 ★★	13:00~14:00 チツクスヨガ Shuly ★★	13:00~14:00 ヒーリングヨガ yu-ki ★アロマ	13:00~14:00 ビューティヨーガ ミヤコ ★	13:00~14:00 姿勢改善ヨガ 平瀬 友貴 ★★	13:00~14:00 ピギナーヨガ yumi ★
14:30~15:30 やさしいパワーヨガ Yopico ★★	15:00~16:00 リラクセスヨガ 真記子 ★	15:00~16:00 リンパヒーテー ヨガ しのぶ ★	15:00~16:00 アロマリラクセスヨガ Shuly ★	15:00~16:00 桃尻メイクヨガ 真央 ★★						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 ★★	14:30~15:30 陰ヨガ Shuly ★	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 平瀬 友貴 ★アロマ	14:30~15:30 冷え・むくみ 改善ヨガ ミヤコ ★★	15:00~16:00 フロアヨガ 真央 ★★	15:00~16:00 デトックスヨガ ANNA ★	14:30~15:30 ボディメイク 真央 ★★	14:30~15:30 ボディメイク 真央 ★★
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 骨盤底筋 トレーニング しのぶ ★2.5	16:30~17:30 ゆがみ解消 調整ヨガ 真記子 ★★	16:30~17:30 アロマビューティ ヨガ 麓谷 直子 ★						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 ★★	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	16:00~17:45 ノースタッフアワー ※各種手続き 受付不可
18:15~19:15 ベシックヨガ MIKI ★★	18:00~19:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ YURIKO ★★	18:00~19:00 背骨 コンディショニング yumi ★	18:00~19:00 体幹バランス・ヨガ 真記子 ★★★	18:00~19:00 ベシックヨガ YURIKO ★★						18:00~19:00 リラクセスヨガ asami ★	18:15~19:15 ベシックヨガ MIKI ★★	18:00~19:00 リラクセス ヨガ yumi ★	18:00~19:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ YURIKO ★★	18:00~19:00 リラクセス ヨガ yumi ★	18:15~19:15 シェイプアップ ヨガ 真記子 ★★★	18:00~19:00 ベラティス YURIKO ★★	18:15~19:00 ストレッチング 真記子 ★★	18:00~19:00 リラクセス asami ★	18:15~19:15 ベシック MIKI ★★
19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館						19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館
19:45~20:30 リラクセス yasuko ★アロマ	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館						19:30 閉館	19:30 閉館	19:45~20:30 リラクセス yasuko ★アロマ	19:45~20:30 リラクセス kanae ★★★	19:45~20:45 デトックス Ryu ★★	19:30~20:30 ストレッチング YURIKO ★	19:30~20:30 ボディメイク Ryu ★★	19:30~20:30 パワー yu-ki ★★★	19:30~20:30 パワー yu-ki ★★★	19:45~20:30 ストレッチング akari ★アロマ
21:00~22:00 リフレッシュ yasuko ★★	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 yu-ki ★★	21:00~22:00 ヒーリング Ryu ★	21:00~22:00 リフレッシュ yasuko ★★	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 yu-ki ★★						21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 Ryu ★★	21:00~22:00 リフレッシュ yasuko ★★	21:00~22:00 リフレッシュ yasuko ★★	21:15~22:00 ヒーリング Ryu ★	21:00~22:00 ベシック さわだ ★★	21:00~22:00 ピギナー 別府 ゆうこ ★アロマ	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 yu-ki ★★	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 yu-ki ★★	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善 yu-ki ★★	21:00~22:00 リフレッシュ akari ★★
22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館						22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	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。
 ※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 **途中入室はお断り**しております。シャワーブース場所取りの為に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。
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
 ※温活タイムは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入出入り可能です。
 ※レッスン中・温活タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。
 ※スタジオからご退会の際は消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。

店舗案内

【営業時間】平日：10:00~22:30
 土日祝：10:00~19:30

【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

【休館日】6日(水)、16日(土)、26日(火)、31日(日)

Instagram LINE ウェルチケ