

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE カルド上野 7月1日(水)~7月15日(水) スタジオスケジュール

7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)	
10:30~11:30 コアトレヨガ Eimi ★★	10:30~11:30 ピギナーヨガ 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 ポディメイクヨガ あすか ★★	10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★	休館日	10:30~11:30 ベーシックヨガ MAYUKA ★★	10:30~11:30 コアトレヨガ YUMIKO ★★	10:30~11:30 ピギナーヨガ 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 ポディメイクヨガ あすか ★★	10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★	10:30~11:30 ビューティーヨガ 根岸 綾 ★アロマ	10:30~11:30 ベーシックヨガ MAYUKA ★★	10:30~11:30 コアトレヨガ YUMIKO ★★	
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	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 ビューティーヨガ ミヤコ ★	13:00~14:00 ベーシックヨガ さわだ ★★	13:00~14:00 ピギナーヨガ yumi ★					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 ピギナーヨガ yumi ★			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 リラクソスヨガ 真記子 ★
	温活タイム 14:00~14:30	ゆるホット					温活タイム 14:00~14:30		温活タイム 14:00~14:30	ゆるホット				温活タイム 14:00~14:30	
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 ポディメイクヨガ 真央 ★★					15:00~16:00 やさしい フロアヨガ 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 ポディメイクヨガ 真央 ★★			14:30~15:30 陰ヨガ Shuly ★	15:00~16:00 やさしい フロアヨガ 真央 ★★	14:30~15:30 デトックスヨガ 真記子 ★★
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	ゆるホット	16:30~17:30 ムーンサイクル ヨガ しのぶ ★★			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	ゆるホット	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 ムーンサイクル ヨガ しのぶ ★★	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
18:15~19:00 ストレッチングヨガ 真記子 ★	18:00~19:00 リラクソスヨガ 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 リラクソスヨガ yumi ★			18:00~19:00 ピラティス YURIKO ★★	18:15~19:00 ストレッチングヨガ 真記子 ★	18:00~19:00 リラクソスヨガ 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 リラクソスヨガ yumi ★	18:15~19:15 シェイプアップヨガ 真記子 ★★★	18:00~19:00 ピラティス YURIKO ★★	18:15~19:00 ストレッチングヨガ 真記子 ★
19:30~20:30 ポディメイクヨガ Ryu ★★	19:30~20:30 パワーヨガ yu-ki ★★★	19:45~20:30 リラクソスヨガ yasuko ★アロマ	19:30 閉館	19:30 閉館			19:30~20:30 ストレッチング ヨガ YURIKO ★	19:30~20:30 ポディメイクヨガ Ryu ★★	19:30~20:30 パワーヨガ yu-ki ★★★	19:45~20:45 リラクソスヨガ MIKI ★アロマ	19:30 閉館	19:30 閉館	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 ★	19:30~20:30 ポディメイクヨガ Ryu ★★
21:00~22:00 ピギナーヨガ 別府 ゆうこ ★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 yasuko ★★					21:00~22:00 フローヨガ RISA ★★	21:00~22:00 ピギナーヨガ 別府 ゆうこ ★アロマ	21:00~22:00 冷え・むくみ 改善ヨガ yu-ki ★★	21:00~22:00 温活タイム 20:45~21:30			21:15~22:00 ヒーリングヨガ Ryu ★	21:00~22:00 ベーシックヨガ さわだ ★★	21:00~22:00 ピギナーヨガ RISA ★
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。
 ※スタジオからご退出の際に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
 土・日：10:00~18:30

【休館日】6日(月)、16日(木)、26日(日)、31日(金)

Instagram

CALDO_UENO

LINE

LINE

ウェルチケ