

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE
カルド上野 8月1日(土)～8月15日(土) スタジオスケジュール

8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
10:30～11:30 ボディメイクヨガ 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 デトックスヨガ Key ★★	休館日	10:30～11:30 ヴィンヤサ フローヨガ ゆきこ ★★★	10:30～11:30 ボディメイクヨガ 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	山の日 祝日営業 10:30～11:30 アロマ美腸ヨガ 真記子 ★	10:30～11:30 ボディメイクヨガ Key ★★	短縮営業 10:30～11:30 チャクラヨガ yu-ki ★1.5アロマ	短縮営業 ゆるホット 10:30～11:30 アロマフロー ヴィンヤサヨガ ゆきこ ★★★アロマ	レッスンのみ 特別仕様 10:30～11:30 お腹スッキリ 脂肪燃焼ヨガ あすか ★★★
12:00～13:00 ビギナーヨガ あすか ★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	12:00～13:00 ビューティーヨガ Key ★		温活タイム 11:30～12:30	12:00～13:00 ビギナーヨガ あすか ★アロマ	12:00～13:00 パワーヨガ Shuly ★★★	温活タイム 11:30～12:30	12:00～13:00 ゆがみ解消ヨガ 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 テルタイムヨガ with アロマ あすか ★
13:30～14:30 ベーシックヨガ さわだ ★★	13:30～14:30 ボディメイクヨガ akari ★★	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	13:30～14:30 ベーシックヨガ YURIKO ★★		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 ベーシックヨガ 楓 ★★	13:00～14:00 デトックスヨガ Shuly ★★	13:30～14:30 アロマヒーリン 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 体幹バランス ヨガ 真記子 ★★	13:00～14:00 背骨 コンディショニング yumi ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ さわだ ★★
15:00～16:00 リラックスヨガ 真記子 ★	15:00～16:00 ストレッチン グ akari ★アロマ	14:30～15:30 陰ヨガ Shuly ★	ゆるホット 15:00～16:00 フローヨガ 真央 ★★	温活タイム 14:30～15:30		14:30～15:30 ボディメイクヨガ 真央 ★★	15:00～16:00 リラックスヨガ しのぶ ★	15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 楓 ★アロマ	14:30～15:30 陰ヨガ Shuly ★	ゆるホット 15:00～16:00 プランクヨガ 真央 ★★	14:30～15:30 冷え・むくみ 改善ヨガ ミヤコ ★★	15:00～16:00 夏冷え 解消ヨガ ANNA ★キャンドル	ゆるホット 15:00～16:00 桃尻メイク ヨガトレ 真央 ★★	15:00～16:00 ライフバランス ヨガ しのぶ ★
ゆるホット 16:30～17:30 ヴィンヤサ フローヨガ YURIKO ★★★	16:30～17:30 リフレッシュ ヨガ 佐藤 亮子 ★★	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		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 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 キャンドル Deep ストレッチング YURIKO ★キャンドル	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 美姿勢リセット ・ ヨガ 真記子 ★★	16:30～17:30 疲れリセット ヨガ MIKI ★	ゆるホット 16:30～17:30 ヴィンヤサ フローヨガ YURIKO ★★★
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 ★	18:15～19:15 パワーヨガ 真記子 ★★★	18:00～19:00 ピラティス YURIKO ★★	18:15～19:00 ストレッチング 真記子 ★		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 ★	18:15～19:15 パワーヨガ 真記子 ★★★	ゆるホット 18:00～19:00 ベーシック YURIKO ★★	18:15～19:00 ストレッチング 真記子 ★	18:00～19:00 自律神経 調整ヨガ 真記子 ★	18:00～19:00 全身スッキリ リフレッシュ MIKI ★★	18:00～19:00 ストレッチング YURIKO ★
19:30 閉館	19:30 閉館	19:45～20:45 デトックス kanae ★★	19:30～20:30 ストレッチン グ YURIKO ★	19:30～20:30 ボディメイク Ryu ★★		19:45～20:45 リラックス MIKI ★アロマ	19:30 閉館	19:30 閉館	19:45～20:45 デトックス kanae ★★	19:30 閉館	19:30～20:30 ボディメイク Ryu ★★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館
		21:15～22:00 ヒーリング Ryu ★	21:00～22:00 ベーシック さわだ ★★	21:00～22:00 ヒーリング あすか ★アロマ		温活タイム 20:45～21:30		21:15～22:00 ヒーリング Ryu ★	21:00～22:00 ビギナー 別府 ゆうこ ★アロマ					
		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。
※スタジオからご退室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(木)、16日(日)、17日(月)、
26日(水)、31日(月)

Instagram

LINE

ウェルチケ


CALDO_UENO


LINE


LINE