

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE
カルド上野 8月16日(日)～8月31日(月) スタジオスケジュール

8月16日(日)		8月17日(月)		8月18日(火)		8月19日(水)		8月20日(木)		8月21日(金)		8月22日(土)		8月23日(日)		8月24日(月)		8月25日(火)		8月26日(水)		8月27日(木)		8月28日(金)		8月29日(土)		8月30日(日)		8月31日(月)			
休館日	休館日	ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット		ゆるホット			
		10:30～11:30 ベーシックヨガ MAYUKA ★★		10:30～11:30 やさしい パワーヨガ YURIKO ★★		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 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 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 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 ビギナーヨガ yu-ki ★アロマ			
		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 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		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 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 ビギナーヨガ あすか ★アロマ		12:00～13:00 パワーヨガ 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 ピラティス 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 ★★		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 ピラティス 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 ★★		13:00～14:00 ヒーリングヨガ yu-ki ★アロマ		13:00～14:00 ピラティス 平瀬 友貴 ★★		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 ★★	
		温活タイム 14:00～14:30				温活タイム 14:00～14:30		ゆるホット		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 ストレッチ ヨガ 平瀬 友貴 ★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 ★★		15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		15:00～16:00 フローヨガ 真央 ★★		15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		15:00～16:00 フローヨガ 真央 ★★		15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		15:00～16:00 フローヨガ 真央 ★★	
		ゆるホット		14:30～15:30 冷え・むくみ 改善ヨガ ミヤコ ★★		15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		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		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		16:00～17:45 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		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		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		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			
		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 ★★		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		16:30～17:30 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		16:30～17:30 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		16:30～17:30 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		16:30～17:30 ノースタッフ アワー ※各種手続き 受付不可			
		ゆるホット		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 ★		18:15～19:15 パワー ヨガ ume ★★★		18:00～19:00 ピラティス YURIKO ★★		18:00～19:00 リラックス ヨガ ume ★		18:15～19:15 ベーシック ヨガ MIKI ★★		18:00～19:00 リラックス ヨガ ume ★		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 ★			
		19:30～20:30 ストレッチ ヨガ YURIKO ★		19:30～20:30 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 ★アロマ		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30～20:30 ストレッチ ヨガ YURIKO ★		19:45～20:45 デトックス ヨガ kanae ★★		19:30～20:30 ストレッチ ヨガ YURIKO ★		19:30～20:30 パワー ヨガ yu-ki ★★★		19:45～20:30 リラックス ヨガ yasuko ★アロマ		19:30～20:30 パワー ヨガ yu-ki ★★★		19:45～20:30 リラックス ヨガ yasuko ★アロマ		19:30 閉館		19:30 閉館			
		21:00～22:00 フロー ヨガ RISA ★★		21:00～22:00 ビギナー 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 ★★						21:15～22:00 ヒーリング ヨガ Ryu ★		21:00～22:00 フロー ヨガ RISA ★★		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 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 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 冷え・むくみ 改善 ヨガ yu-ki ★★			
		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、お水以外の持ち込みは断りしております。 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退室可能です。
※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します。
※リカバリボール使用のレッスンでは、ボールの使用が必須となります。PT・P会員様は無料でレンタルが可能です。
その他会員様は330円でのレンタル又は購入したボールの使用は可能となります。
その際、転がり防止の為に中身の見えるバッグ(B5サイズまで)もしくは購入した際についてくる巾着に入れてお持ち込みください。

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