

CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE  
 カルド吉祥寺 4月1日(水)～4月15日(水) スタジオスケジュール

	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)
9:00															
9:30															
10:00															
10:30		10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	10:30～11:30 フローヨガ Yopico ★★	10:30～11:30 リラックスヨガ inamo ★	10:30～11:30 リラックスヨガ inamo ★	10:30～11:30 ビギナーヨガ inamo ★	10:30～11:30 ビギナーヨガ tetsuo ★	10:30～11:30 ヴィンヤサヨガ 加藤 絵美 ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	10:30～11:30 フローヨガ Yopico ★★	10:30～11:30 リラックスヨガ inamo ★	10:30～11:30 ビギナーヨガ inamo ★	10:30～11:30 ビギナーヨガ 横山 由樹子 ★	10:30～11:30 ヴィンヤサヨガ 加藤 絵美 ★★	
11:00															
11:30		★45分レッスン							★45分レッスン				★45分レッスン		
12:00		12:00～12:45 ボディメイクヨガ Tomoko ★★	12:00～13:00 ヒーリングヨガ Yopico ★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ 鷺谷 直子 ★★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ HARU ★★	12:00～12:45 フローヨガ tetsuo ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ タ子 ★		12:00～12:45 ボディメイクヨガ Tomoko ★★	12:00～13:00 ヒーリングヨガ Yopico ★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ 鷺谷 直子 ★★	12:00～13:00 ボディメイクヨガ HARU ★★	12:00～12:45 やさしいパワーヨガ 横山 由樹子 ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ タ子 ★	
12:30															
13:00															
13:30							★45分レッスン							★45分レッスン	
13:30	13:30～14:30 リラックスヨガ タ子 ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ MIYUKI ★★	13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 鷺谷 直子 ★	13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 鷺谷 直子 ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ yuki ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ Fuyuko ★	13:30～14:15 ベーシックヨガ AKIM ★★		13:30～14:30 リラックスヨガ タ子 ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ MIYUKI ★★	13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 鷺谷 直子 ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ yuki ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ Fuyuko ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ Fuyuko ★	13:30～14:15 ベーシックヨガ AKIM ★★
14:00															
14:30			★45分レッスン							★45分レッスン					
15:00		15:00～16:00 デトックスヨガ タ子 ★★	15:00～15:45 ビギナーヨガ MIYUKI ★	15:00～16:00 パワーヨガ MIZUKI ★★	15:00～16:00 リラックス ヨガ yuki ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ Fuyuko ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AKIM ★		15:00～16:00 デトックスヨガ タ子 ★★	15:00～15:45 ビギナーヨガ MIYUKI ★	15:00～16:00 パワーヨガ tetsuo ★★	15:00～16:00 リラックス ヨガ yuki ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ Fuyuko ★★	15:00～16:00 ベーシックヨガ AKIM ★	
15:30															
16:00															
16:30															
17:00				16:30～17:30 ビギナーヨガ SALA ★	16:30～17:30 フローヨガ MIHO ★★										
17:30															
18:00															
18:00	18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 鷺谷 直子 ★	18:00～19:00 デトックスヨガ MIHO ★★	18:00～19:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00～19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00～19:00 ビューティーヨガ Kaori ★	18:00～19:00 陰ヨガ RIKA ★		18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 鷺谷 直子 ★	18:00～19:00 デトックスヨガ MIHO ★★	18:00～19:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00～19:00 ビューティーヨガ Kaori ★	18:00～19:00 陰ヨガ RIKA ★	
18:30															
19:00			★45分レッスン							★45分レッスン					
19:30		19:30～20:30 ビギナーヨガ Tamami ★	19:30～20:15 リラックスヨガ MIHO ★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30～20:30 パワーヨガ SALA ★★	19:30～20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★		19:30～20:30 ビギナーヨガ Tamami ★	19:30～20:15 リラックスヨガ MIHO ★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30～20:30 パワーヨガ SALA ★★	19:30～20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★	
20:00															
20:30		★45分レッスン												★45分レッスン	
21:00		21:00～21:45 フローヨガ ume ★★	21:00～22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★						21:00 閉館					21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★	
21:30															
22:00															
22:30		22:30 閉館	22:30 閉館							22:30 閉館					22:30 閉館

休館日

休館日

休館日

※全てのレッスンは定員75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。  
 ※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。

《4月休館日のお知らせ》  
 毎週水曜日

