

CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE
カルド吉祥寺 4月16日(木)～4月30日(木) スタジオスケジュール

	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)		
9:00							休館日							休館日			
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 AKI ★★	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 ★★			10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	10:30～11:30 フローヨガ AKI ★★	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 CHISAKA ★		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 ★
11:00																	
11:30																	
12:00	12:00～12:45 ボディメイクヨガ Tomoko ★★ ★45分レッスン	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ AKI ★	12:00～13:00 リラックスヨガ リフレッシュヨガ 驚谷 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 ★★ ★45分レッスン	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 ★★ ★45分レッスン	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ AKI ★	12:00～13:00 リラックスヨガ リフレッシュヨガ 驚谷 直子 ★★	12:00～13:00 ボディメイクヨガ HARU ★★	12:00～12:45 フローヨガ CHISAKA ★★ ★45分レッスン		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 ★★ ★45分レッスン
12:30																	
13:00																	
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 驚谷 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 ★★ ★45分レッスン			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 驚谷 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 ★★ ★45分レッスン		13:30～14:30 リラックスヨガ タ子 ★
14:00																	
14:30																	
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 ★ ★45分レッスン	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 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 ★ ★45分レッスン	15:00～16:00 パワーヨガ MIWA ★★	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 ★★
15:30																	
16:00																	
16:30			16:30～17:30 ビギナーヨガ SALA ★	16:30～17:30 フローヨガ MIHO ★★													
17:00																	
17:30																	
18:00	18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 驚谷 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 ★			18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 驚谷 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 ★		18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 驚谷 直子 ★
18:30																	
19:00																	
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 ★ ★45分レッスン	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 ★ ★45分レッスン	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 ★
20:00																	
20:30																	
21:00	21:00 閉館	21:00～22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★			21:00～22:00 リラックスヨガ うたか ★	21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★ ★45分レッスン		21:00～21:45 フローヨガ ume ★★ ★45分レッスン	21:00～22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★			21:00～22:00 リラックスヨガ うたか ★	21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★ ★45分レッスン		21:00 閉館		
21:30																	
22:00																	
22:30		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。
 ※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

