


CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE
カルド吉祥寺 7月16日(木)～7月31日(金) スタジオスケジュール

7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)		
						休館日							休館日				
	※交替			※祝日プログラム							※カテゴリーのみ隔週						
10:30~11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	10:30~11:30 フローヨガ Ree ★★	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 アロマリラックス ヨガ SALA ★	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 陰ヨガ 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 ★★
	ゆるホット ※交替		※交替	※祝日プログラム	ゆるホット			ゆるホット	ゆるホット		※交替			ゆるホット			ゆるホット
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 Ree ★	12:00~12:45 リフレッシュヨガ 鷺谷 直子 ★★ ★45分レッスン	12:00~13:00 ベーシックヨガ Fuyuko ★★	12:00~13:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	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 ★	12:00~12:45 リフレッシュヨガ 鷺谷 直子 ★★ ★45分レッスン	12:00~13:00 ボディメイクヨガ 江角 まゆ ★★	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 ★
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 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 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 ★★
				※祝日プログラム													
15:00~16:00 デトックスヨガ タ子 ★★ ゆるホット	15:00~15:45 ビギナーヨガ MIYUKI ★ ★45分レッスン	15:00~16:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	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 ★★ ゆるホット	15:00~15:45 ビギナーヨガ MIYUKI ★ ★45分レッスン	15:00~16:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	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 ★★ ゆるホット	15:00~15:45 ビギナーヨガ MIYUKI ★ ★45分レッスン
		16:30~17:30 ビギナーヨガ うたか ★	16:30~17:30 フローヨガ MIHO ★★														
				※祝日プログラム													
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 パワーヨガ うたか ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	17:30~18:30 海風と月礼拝 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 パワーヨガ うたか ★★	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 ★★
		ゆるホット								ゆるホット							
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 閉館	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 ★	19:30~20:15 リラックスヨガ MIHO ★ ★45分レッスン
※閉店時間注意 21:00 閉館	21:00~22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★				21:00~21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★ ★45分レッスン			※閉店時間注意 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		※閉店時間注意 21:00 閉館	21:00~22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★
	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の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。

**《7月休館日のお知らせ》
毎週水曜日**

LINE



instagram

