

CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE
カルド吉祥寺 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)
		カテゴリーのみ隔週		休館日					カテゴリーのみ隔週	※祝日プログラム			※短縮営業日	
10:30～11:30 リラククスヨガ 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 ウインヤサヨガ 加藤 結美 ★★★		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 リラククスヨガ 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 リフレッシュヨガ 寛谷 直子 ★★			10:30～11:30 フローヨガ AKI ★★	10:30～11:30 リラククスヨガ inamo ★
			ゆるホット			ゆるホット				ゆるホット			ゆるホット	
12:00～12:45 リフレッシュヨガ 寛谷 直子 ★★	12:00～13:00 ベシッくヨガ MIYUKI ★★	12:00～12:45 やさしいフローヨガ 横山 由樹子 ★★	12:00～13:00 リラククスヨガ タチ ★		12:00～12:45 ボディメイクヨガ Tomoko ★★	12:00～13:00 やさしい デットクスヨガ AKI ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ 寛谷 直子 ★★	12:00～13:00 ボディメイクヨガ SARA ★★	12:00～12:45 やさしいフローヨガ 横山 由樹子 ★★	12:00～13:00 アロマヒーリングヨガ 寛谷 直子 ★			12:00～13:00 やさしい デットクスヨガ AKI ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ 寛谷 直子 ★★
★45分レッスン	ゆるホット	★45分レッスン			★45分レッスン		★45分レッスン	ゆるホット	★45分レッスン	※祝日プログラム			※短縮営業日	★45分レッスン
13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 寛谷 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 ベシッくヨガ AKIM ★★		13:30～14:30 リラククスヨガ タチ ★	13:30～14:30 ベシッくヨガ MIYUKI ★★	13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 寛谷 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 ダイエット デットクスヨガ AKIM ★★			13:30～14:30 ベシッくヨガ MIYUKI ★★	13:30～14:30 ビューティーヨガ 寛谷 直子 ★
										※祝日プログラム			※短縮営業日	
15:00～16:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	15:00～16:00 リラククス ヨガ yuki ★	15:00～16:00 ベシッくヨガ Fuyuko ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AKIM ★		15:00～16:00 デットクスヨガ タチ ★★	15:00～16:00 デットクスヨガ MIYUKI ★	15:00～16:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	15:00～16:00 リラククス ヨガ yuki ★	15:00～16:00 ベシッくヨガ Fuyuko ★★	15:00～16:00 お昼寝ゆったりヨガ AKIM ★			15:00～16:00 ビギナーヨガ MIYUKI ★	15:00～16:00 ボディメイクヨガ SALA ★★
					ゆるホット	★45分レッスン							★45分レッスン	
16:30～17:30 ビギナーヨガ うだか ★	16:30～17:30 フローヨガ MIHO ★★						16:30～17:30 ビギナーヨガ うだか ★	16:30～17:30 フローヨガ MIHO ★★						16:30～17:30 ビギナーヨガ うだか ★
18:00～19:00 パワーヨガ うだか ★★★	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 寛谷 直子 ★	18:00～19:00 デットクスヨガ MIHO ★★	18:00～19:00 パワーヨガ うだか ★★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00～19:00 ビューティーヨガ Kaori ★	17:00～18:00 ビギナーヨガ 葵奈 ★			18:00～19:00 アクティブ フローヨガ MIHO ★★	18:00～19:00 パワーヨガ うだか ★★★
ゆるホット							ゆるホット			※祝日プログラム			※短縮営業日	
19:30 閉館	19:30 閉館	19:30～20:30 パワーヨガ SALA RIKA ★★★	19:30～20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★		カテゴリー…強度変更	19:30～20:30 ボディメイクヨガ Tamami ★★	19:30～20:15 リラククスヨガ MIHO ★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館			19:30 閉館	19:30 閉館
		ゆるホット				★45分レッスン				ゆるホット				
					NEW !									
		21:00～22:00 リラククスヨガ うだか ★	21:00～21:45 ピラティス MADOKA ★★		21:00～22:00 ビギナーヨガ 葵奈 ★	21:00～22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★			21:00～22:00 リラククスヨガ うだか ★					
			★45分レッスン											
		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。
※スタジオからご退出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。

《8月休館日のお知らせ》
毎週水曜日

