

CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE
カルド吉祥寺 10月1日(木)～10月15日(木) スタジオスケジュール

10月1日(木)	10月2日(金)	10月3日(土)	10月4日(日)	10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	10月9日(金)	10月10日(土)	10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)
	運営わり			カテゴリーのみ隔週				運営わり			※祝日プログラム			
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 ビギナーヨガ 横山 由樹子 ★	10:30～11:30 ウインヤサヨガ 加藤 絵美 ★★★		10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	10:30～11:30 ボディメイクヨガ YUCA ★★	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 SALA ★	10:30～11:30 ウインヤサヨガ 加藤 絵美 ★★★		10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★
				組曲音・カテゴリー変更				運営わり			※祝日プログラム			
12:00～12:45 ボディメイクヨガ Tomoko ★★	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 ★★	12:00～13:00 ベーンシックヨガ MYUKI ★★	12:00～13:00 デトックスヨガ 珠代 ★★	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 デトックスヨガ YUCA ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ 鷺谷 直子 ★★	12:00～13:00 調整中 ★★	12:00～13:00 デトックスヨガ SALA ★★	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 ★★
★45分レッスン		★45分レッスン					★45分レッスン		★45分レッスン					★45分レッスン
カテゴリー変更							カテゴリー変更				※祝日プログラム			カテゴリー変更
13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ タチ ★	13:30～14:30 ベーンシックヨガ 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 ベーンシックヨガ AKIM ★★		13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ タチ ★	13:30～14:30 ベーンシックヨガ 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 リラククスヨガ MIYUKI ★	13:30～14:30 ベーンシックヨガ AKIM ★★		13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ タチ ★
組曲音・カテゴリー変更							組曲音・カテゴリー変更				※祝日プログラム			組曲音・カテゴリー変更
15:00～16:00 やさしいパワー ヨガ 鷺谷 直子 ★★	15:00～15:45 ビギナーヨガ 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 ベーンシックヨガ Fuyuko ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AKIM ★		15:00～16:00 やさしいパワー ヨガ 鷺谷 直子 ★★	15:00～15:45 ビギナーヨガ 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 フローヨガ MIYUKI ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AKIM ★		15:00～16:00 やさしいパワー ヨガ 鷺谷 直子 ★★
	★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 ★★				
											※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 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 うだか ★★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00～19:00 リラククスヨガ tetsuo ★	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 ★
		19:30 閉館	19:30 閉館						19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館			
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 ★			19:30～20:30 パワーヨガ SALA ★★★	19:30～20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★		19:30～20:30 ボディメイクヨガ Tamami ★★	19:30～20:15 リラククスヨガ MIHO ★			19:30～20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★			19:30～20:30 ボディメイクヨガ Tamami ★★
	★45分レッスン						★45分レッスン							
21:00～22:00 ビギナーヨガ 葉奈 ★	21:00～22:00 リラククス 横山 由樹子 ★			21:00～22:00 リラククスヨガ うだか ★	21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★		21:00～22:00 ビギナーヨガ 葉奈 ★	21:00～22:00 ビギナーヨガ 横山 由樹子 ★			21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★			21:00～22:00 ビギナーヨガ 葉奈 ★
					★45分レッスン						★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			22:30 閉館			22:30 閉館

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。

《休館日のお知らせ》
毎週水曜日

