CALDO KICHIJOJI STUDIO TIMETABLE

カルド吉祥寺　12月1日（火）～12月15日（火）　スタジオスケジュール

	12月1日火	12月2日（水）	12月3日（木）	12月4日（金）	12月5日（土）	12月6日（日）	12月7日（月）	12月8日（火）
10:00								
10:30	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 ★	週替わり 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 ★	カテゴリーのみ隔週 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 ★★★
11:00								
11:30							担当者・カテゴリー変更	
12:00	12:00～13:00 リラックスヨガ 夕子 ★		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 YO-KO ★★ ★45分レッスン	12:00～13:00 ベーシックヨガ 栞奈 ★★	12:00～13:00 デトックスヨガ 珠代 ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ 夕子 ★
12:30								
13:00			カテゴリー変更					
13:30	13:30～14:30 ベーシックヨガ AKIM ★★		13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ 夕子 ★	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 YO-KO ★	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 ★★
14:00								
14:30			14:30～16:00 温活タイム					
15:00	15:00～16:00 ビギナーヨガ AKIM ★			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 ★
15:30								
16:00								
16:30					16:30～17:30 ビギナーヨガ うだか ★	16:30～17:30 フローヨガ MIHO ★★		
17:00								
17:30								
18:00	18:00～19:00 陰ヨガ RIKA ★		18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ 鷲谷　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 ★
18:30								
19:00					19:30　閉館	19:30　閉館		
19:30	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 リラックスヨガ MIHO ★ ★45分レッスン			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								
21:00	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 栞奈 ★	21:00～22:00 陰ヨガ 横山　由樹子 ★			21:00～22:00 リラックスヨガ うだか ★	21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★
21:30	★45分レッスン							★45分レッスン
22:00								
22:30	22:30　閉館		22:30　閉館	22:30　閉館			22:30　閉館	22:30　閉館

	12月9日（水）	12月10日（木）	12月11日（金）	12月12日（土）	12月13日（日）	12月14日（月）	12月15日（火）
10:00							
10:30		10:30～11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	週替わり 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 ★	カテゴリーのみ隔週 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 ★★★
11:00							
11:30						担当者・カテゴリー変更	
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 ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ 鷲谷　直子 ★★ ★45分レッスン	12:00～13:00 ベーシックヨガ 栞奈 ★★	12:00～13:00 デトックスヨガ 珠代 ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ 夕子 ★
12:30							
13:00		カテゴリー変更					
13:30		13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ 夕子 ★	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 鷲谷　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 ★★
14:00							
14:30		14:30～16:00 温活タイム					
15:00			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 ★
15:30							
16:00							
16:30				16:30～17:30 ビギナーヨガ うだか ★	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 鷲谷　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 ★
18:30							
19:00				19:30　閉館	19:30　閉館		
19:30		19:30～20:30 ボディメイクヨガ Tamami ★★	19:30～20:15 リラックスヨガ MIHO ★ ★45分レッスン			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							
21:00		21:00～22:00 ビギナーヨガ 栞奈 ★	21:00～22:00 陰ヨガ 横山　由樹子 ★			21:00～22:00 リラックスヨガ うだか ★	21:00～21:45 ボディメイク ピラティス MADOKA ★★
21:30							★45分レッスン
22:00							
22:30		22:30　閉館	22:30　閉館			22:30　閉館	22:30　閉館

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。

《休館日のお知らせ》
毎週水曜日

LINE

instagram