

CALDO SANDENJAYA STUDIO TIMETABLE
カルド三軒茶屋 5月17日(日)～5月30日(土) スタジオスケジュール

	5月17日(日)	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)	5月24日(日)	5月25日(月)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)
9:00	9:00～10:00 ストレッチング ヨガ はま ★						9:00～10:00 デトックスヨガ kazumi ★★	9:00～10:00 ストレッチング ヨガ はま ★					9:00～10:00 デトックスヨガ kazumi ★★
9:30													
10:00													
10:30	10:30～11:30 ヴィンヤサフロー ヨガ はま ★★★	10:30～11:30 アロマやさしい デトックスヨガ はま ★	10:30～11:30 デトックスヨガ 美嘉 ★★	10:30～11:30 ヴィンヤサフロー ヨガ Mari ★★★	10:30～11:30 月ヨガ TOMOKO ★★	10:30～11:30 アロマ ストレッチングヨガ YUUKI ★	10:30～11:15 アロマヒーリング ヨガ MAMIE ★	10:30～11:30 ヴィンヤサフロー ヨガ はま ★★★	10:30～11:30 アロマやさしい デトックスヨガ はま ★	10:30～11:30 ヴィンヤサフロー ヨガ Mari ★★★	10:30～11:30 月ヨガ TOMOKO ★★	10:30～11:30 アロマ ストレッチングヨガ YUUKI ★	10:30～11:15 アロマヒーリング ヨガ MAMIE ★
11:00													
11:30													
12:00	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ 美嘉 ★	12:00～13:00 やさしいパワーヨ カ はま ★★	12:00～13:00 ストレッチング ヨガ 美嘉 ★	12:00～13:00 ヒーリングヨガ Mari ★	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ TOMOKO ★	12:00～13:00 コアトレヨガ YUUKI ★★	12:00～13:00 ベーシックヨガ MAMIE ★★	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ 美嘉 ★	12:00～13:00 やさしいパワーヨ カ はま ★★	12:00～13:00 ヒーリングヨガ Mari ★	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ TOMOKO ★	12:00～13:00 コアトレヨガ YUUKI ★★	12:00～13:00 ベーシックヨガ MAMIE ★★
12:30													
13:00													
13:30	13:30～14:30 アロマ リフレッシュヨガ 美嘉 ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ mika ★	13:30～14:30 リフレッシュヨガ CHISAKA ★★	13:30～14:30 ベーシックヨガ 江角まゆ ★★★	13:30～14:30 パワーヨガ 愛里 ★★★	13:30～14:30 フロヨガ はま ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ YUUKI ★	13:30～14:30 アロマ リフレッシュヨガ 美嘉 ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ mika ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ kazumi ★★	13:30～14:30 パワーヨガ 愛里 ★★★	13:30～14:30 フロヨガ はま ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ YUUKI ★
14:00													
14:30													
15:00	15:00～16:00 ビギナーヨガ Kaori ★	15:00～16:00 シェイプアップヨ カ mika ★★★	15:00～16:00 ビューティーヨガ YUUKI ★	15:00～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 愛里 ★	15:00～16:00 ビューティーヨガ はま ★	15:00～16:00 ボディメイクヨガ YUUKI ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Kaori ★	15:00～16:00 シェイプアップヨ カ mika ★★★	15:00～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 愛里 ★	15:00～16:00 ビューティーヨガ はま ★	15:00～16:00 ボディメイクヨガ YUUKI ★★
15:30													
16:00													
16:30	16:30～17:30 月ヨガ TOMOKO ★★	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 アロマリラクッ ス ヨガ ayumi ★	16:30～17:30 ベーシックヨガ のりか ★★	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ノースタッフアワ ※各種お手続き受付 不可	16:30～17:30 ビューティーヨ カ Mari ★
17:00													
17:30													
18:00	18:00～19:00 除ヨガ TOMOKO ★	18:00～19:00 ストレッチング カ MEU ★	18:15～19:15 デトックスヨガ Sawa ★★	18:15～19:00 フロヨガ 愛里 ★★	18:15～19:15 ヒーリングヨ カ Sawa ★	18:15～19:00 やさしいデトッ クスヨガ SACHIKO ★	18:00～19:00 肩こり腰痛改善 ヨガ ayumi ★★	18:00～19:00 リラクッスヨ カ のりか ★	18:00～19:00 ストレッチング カ MEU ★	18:15～19:00 フロヨガ 愛里 ★★	18:15～19:15 ヒーリングヨ カ Sawa ★	18:15～19:00 やさしいデトッ クスヨガ SACHIKO ★	18:00～19:00 骨盤コンディ ション ヨガ Mari ★★
18:30													
19:00													
19:30	19:30 閉館	19:30～20:30 フロヨガ MEU ★★	19:45～20:30 ビューティーヨ カ Sawa ★	19:30～20:30 ビギナーヨガ 愛里 ★	19:45～20:30 ボディメイクヨ カ Sawa ★★	19:30～20:30 パワーヨ カ SACHIKO ★★★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30～20:30 フロヨガ MEU ★★	19:30～20:30 ビギナーヨ カ 愛里 ★	19:45～20:30 ボディメイクヨ カ Sawa ★★	19:30～20:30 パワーヨ カ SACHIKO ★★★	19:30 閉館
20:00													
20:30													
21:00		21:00～22:00 やさしい デトックスヨ カ やまもとみづ き ★	21:00～22:00 調整中 ★★	21:00～22:00 ベーシックヨ カ 楓 ★★	21:00～22:00 ビューティーヨ カ kazumi ★	21:00～22:00 アロマリラクッ ス ヨ カ kazumi ★			21:00～22:00 やさしい デトックスヨ カ やまもとみづ き ★	21:00～22:00 ベーシックヨ カ 楓 ★★	21:00～22:00 ビューティーヨ カ kazumi ★	21:00～22:00 アロマリラクッ ス ヨ カ kazumi ★	
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	22:30 閉館	

※全てのレッスンは定員45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。
 ※プラチナ会員、プレミアム会員、フルタイム会員、デイトタイム会員はレッスンフリーで1日何本でも受講可能です。
 ※マンズリー4会員の同日2本目のレッスンまたは5回目以降のご利用は1,980円(税込)、
 デイトタイム会員の平日18時以降・土日祝日のご利用は時間外利用料1,980円(税込)となっております。

※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。
 ※レッスン中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。