

CALDO SANDENJAYA STUDIO TIMETABLE
 カルド三軒茶屋 7月1日(水)~7月15日(水) スタジオスケジュール

	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)			
9:00				9:00~10:00 調整中 ★★	9:00~10:00 ストレッチング ヨカ はま ★	休館日					9:00~10:00 調整中 ★★	9:00~10:00 ストレッチング ヨカ はま ★	9:00			9:00		
9:30														9:30			9:30	
10:00														10:00			10:00	
10:30	10:30~11:30 ヴィンヤサフロ ーヨガ Mari ★★★	10:30~11:30 月ヨカ TOMOKO ★★	10:30~11:30 アロマ ストレッチングヨカ YUUKI ★	10:30~11:15 アロマヒーリング ヨカ MAMIE ★	10:30~11:30 ヴィンヤサフロ ーヨガ はま ★★★			10:30~11:30 デトックスヨカ 美嘉 ★★	10:30~11:30 ヴィンヤサフロ ーヨガ Mari ★★★	10:30~11:30 月ヨカ TOMOKO ★★	10:30~11:30 アロマ ストレッチングヨカ YUUKI ★	10:30~11:15 アロマヒーリング ヨカ MAMIE ★	10:30~11:30 ヴィンヤサフロ ーヨガ はま ★★★	10:30	10:30~11:30 アロマやさしい デトックスヨカ はま ★	10:30~11:30 デトックスヨカ 美嘉 ★★	10:30~11:30 ヴィンヤサフロ ーヨガ Mari ★★★	10:30
11:00														11:00			11:00	
11:30														11:30			11:30	
12:00	12:00~13:00 ヒーリングヨカ Mari ★	12:00~13:00 アロマ ビューティーヨガ TOMOKO ★	12:00~13:00 コアトレヨカ YUUKI ★★	12:00~13:00 ベーシックヨカ MAMIE ★★	12:00~13:00 やさしい デトックスヨカ 美嘉 ★			12:15~13:15 ストレッチング ヨカ 美嘉 ★	12:00~13:00 ヒーリングヨカ Mari ★	12:00~13:00 アロマ ビューティーヨガ TOMOKO ★	12:00~13:00 コアトレヨカ YUUKI ★★	12:00~13:00 ベーシックヨカ MAMIE ★★	12:00~13:00 やさしい デトックスヨカ 美嘉 ★	12:00	12:00~13:00 やさしい(ワフ)ヨ カ はま ★★	12:15~13:15 ストレッチング ヨカ 美嘉 ★	12:00~13:00 ヒーリングヨカ Mari ★	12:00
12:30														12:30			12:30	
13:00														13:00			13:00	
13:30	13:30~14:30 調整中 ★★	13:30~14:30 パワーヨカ 愛里 ★★★	13:30~14:30 フローヨカ はま ★★	13:45~14:45 ボディメイクヨカ YUUKI ★★	13:30~14:30 アロマ リフレッシュヨカ 美嘉 ★★			13:30~14:30 リフレッシュヨカ 麻衣 ★★	13:30~14:30 パワーヨカ 愛里 ★★★	13:30~14:30 フローヨカ はま ★★	13:30~14:30 フローヨカ はま ★★	13:45~14:45 ボディメイクヨカ YUUKI ★★	13:30~14:30 アロマ リフレッシュヨカ 美嘉 ★★	13:30	13:30~14:30 ビギナーヨカ mika ★	13:30~14:30 リフレッシュヨカ 麻衣 ★★	13:30	
14:00														14:00			14:00	
14:30														14:30			14:30	
15:00	15:00~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	15:00~16:00 やさしい デトックスヨカ 愛里 ★	15:00~16:00 ビューティーヨカ はま ★	15:15~16:15 ビギナーヨカ YUUKI ★	15:00~16:00 ビギナーヨカ Kaori ★			14:45~15:45 ビューティーヨカ YUUKI ★	15:00~16:00 やさしい デトックスヨカ 愛里 ★	15:00~16:00 ビューティーヨカ はま ★	15:00~16:00 ビューティーヨカ はま ★	15:15~16:15 ビギナーヨカ YUUKI ★	15:00~16:00 ビギナーヨカ Kaori ★	15:00	15:00~16:00 シェイプアップヨ カ mika ★★★	14:45~15:45 ビューティーヨカ YUUKI ★	15:00~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	15:00
15:30														15:30			15:30	
16:00		16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可		16:30~17:30 月ヨカ TOMOKO ★★			16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 月ヨカ TOMOKO ★★	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:00	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:30~17:30 ノースタッフアワ ー ※各種お手続き受付 不可	16:00	
16:30														16:30			16:30	
17:00														17:00			17:00	
17:30														17:30			17:30	
18:00	18:15~19:00 フローヨカ 愛里 ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨカ Sawa ★		18:00~19:00 骨盤コンディショ ニングヨカ Kajita ★★	18:00~19:00 陰ヨガ TOMOKO ★			18:15~19:15 骨盤コンディショ ニングヨカ Sawa ★★	18:15~19:00 フローヨカ 愛里 ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨカ Sawa ★		18:00~19:00 骨盤コンディショ ニングヨカ Kajita ★★	18:00~19:00 陰ヨガ TOMOKO ★	18:00	18:00~19:00 ストレッチングヨ カ MEU ★	18:15~19:15 骨盤コンディショ ニングヨカ Sawa ★★	18:15~19:00 フローヨカ 愛里 ★★	18:00
18:30														18:30			18:30	
19:00														19:00			19:00	
19:30	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 ★★	19:15~20:15 パワーヨカ SACHIKO ★★★	19:30 閉館	19:30 閉館		19:45~20:30 ビューティーヨカ Sawa ★	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 ★★	19:15~20:15 パワーヨカ SACHIKO ★★★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30	19:30~20:30 フローヨカ MEU ★★	19:45~20:30 ビューティーヨカ Sawa ★	19:30~20:30 ビギナーヨカ 愛里 ★	19:30	
20:00													20:00			20:00		
20:30													20:30			20:30		
21:00	21:00~22:00 ベーシックヨカ 楓 ★★	21:00~22:00 ストレッチングヨ カ kazumi ★	21:00~22:00 アロマリラック ス ヨカ SACHIKO ★				21:00~22:00 ボディメイクヨカ YUCA ★★	21:00~22:00 調整中 ★★	21:00~22:00 ストレッチングヨ カ kazumi ★	21:00~22:00 アロマリラック ス ヨカ SACHIKO ★			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 ベーシックヨカ 楓 ★★	21:00~22:00 リフレッシュヨカ 愛里 ★★	21:00	
21:30													21:30			21:30		
22:00													22:00			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	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30	

※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。

《7月休館日のお知らせ》6日(月) 16日(木) 26日(日) 31日(金)