

CALDO SANDENJAYA STUDIO TIMETABLE  
 カルド三軒茶屋 7月16日(木)～7月31日(木) スタジオスケジュール

	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(木)
9:00			9:00～10:00 デトックスヨガ 江角まゆ ★★	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 Ayumi ★★						
9:30																
10:00																
10:30	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 デトックスヨガ 美嘉 ★★	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 ★	10:30～11:30 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 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 ★★	
11:00																
11:30																
12:00	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 デトックスヨガ 美嘉 ★		12:15～13:15 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 やさしいパワーヨ ガ はま ★★	12:15～13:15 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 ★	
12:30																
13:00																
13:30	13:30～14:30 フローヨガ はま ★★	13:45～14:45 ボディメイクヨガ YUUKI ★★	13:30～14:30 アロマ リフレッシュヨガ 美嘉 ★★	13:30～14:30 アロマ リフレッシュヨガ 美嘉 ★★		13:30～14:30 ベーシックヨガ 楓 ★★	13:30～14:30 パワーヨガ 愛里 ★★★	13:30～14:30 フローヨガ はま ★★	13:30～14:30 フローヨガ はま ★★	13:45～14:45 ボディメイクヨガ YUUKI ★★		13:30～14:30 ビギナーヨガ mika ★		13:30～14:30 ベーシックヨガ 楓 ★★	13:30～14:30 パワーヨガ 愛里 ★★★	
14:00																
14:30																
15:00	15:00～16:00 ビューティーヨガ はま ★	15:15～16:15 ビギナーヨガ YUUKI ★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Kaori ★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Kaori ★		14:45～15:45 ビューティーヨガ YUUKI ★		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 ★	15:15～16:15 ビギナーヨガ YUUKI ★		15:00～16:00 シェイプアップヨ ガ mika ★★★	14:45～15:45 ビューティーヨガ YUUKI ★		15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 愛里 ★	
15:30																
16:00																
16:30	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 月ヨガ TOMOKO ★★	16:30～17:30 月ヨガ 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 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	
17:00																
17:30																
18:00			18:00～19:00 骨盤コンディショ ニングヨガ Kajita ★★	18:00～19:00 陰ヨガ TOMOKO ★		18:15～19:15 骨盤コンディショ ニングヨガ Sawa ★★	18:15～19:00 フローヨガ 愛里 ★★	18:15～19:15 ヒーリングヨガ Sawa ★		18:00～19:00 骨盤コンディショ ニングヨガ Mari ★★		18:00～19:00 ストレッチングヨ ガ MEU ★	18:15～19:15 骨盤コンディショ ニングヨガ Sawa ★★	18:15～19:00 フローヨガ 愛里 ★★	18:15～19:15 ヒーリングヨガ Sawa ★	
18:30																
19:00																
19:30	19:15～20:15 パワーヨガ SACHIKO ★★★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館		19:45～20:30 ビューティーヨガ Sawa ★	19:30～20:30 内容調整中 愛里 ★	19:45～20:30 ボディメイクヨガ Sawa ★★	19:15～20:15 パワーヨガ SACHIKO ★★★	19:30 閉館		19:30～20:30 フローヨガ MEU ★★	19:45～20:30 ビューティーヨガ Sawa ★	19:30～20:30 内容調整中 愛里 ★	19:45～20:30 ボディメイクヨガ Sawa ★★	
20:00																
20:30																
21:00	21:00～22:00 アロマリラックス ヨガ SACHIKO ★					21:00～22:00 ベーシックヨガ 楓 ★★	21:00～22:00 調整中 ★or★★	21:00～22:00 ストレッチングヨ ガ kazumi ★	21:00～22:00 アロマリラックス ヨガ SACHIKO ★			21:00～22:00 やさしい デトックスヨガ やまもとみづき ★	21:00～22:00 ベーシックヨガ 楓 ★★	21:00～22:00 調整中 ★or★★	21:00～22:00 ストレッチングヨ ガ 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	

休館日

祝日プログラム

※別紙にて確認  
お願いいたします。

休館日

休館日

※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。  
 ※マンスリー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。  
 ※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)