

CALDO KINSHICHO STUDIO TIMETABLE  
カルド錦糸町 2月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日																																																																																																																																																																									
9:00						9:00																																																																																																																																																																									
9:30						9:30																																																																																																																																																																									
10:00						10:00																																																																																																																																																																									
10:30	10:30~11:15 ペーシックヨガ mayu ★★  温活タイム 11:15~11:30	10:30~11:30 やさしいフローヨガ AKIM ★	10:30~11:30 ピラティス maya ★★	10:30~11:30 ピューティーヨガ KAZUKO ★	10:30~11:30 骨盤コンディショニングヨガ maya ★★	9:00~10:00 ピューティーヨガ kirana ★  10:30~11:30 ピューティーヨガ Saku ★	11:00							11:30						11:30	12:00	12:00~13:00 ピューティーヨガ mayu ★	12:00~13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00~13:00 アロマリラックヨガ Mari ★	12:00~13:00 ペーシックヨガ KAZUKO ★★	12:00~12:45 ストレッチングヨガ maya ★  温活タイム 12:45~13:00	12:00~13:00 アロマリラックスヨガ YOSHIE ★  12:00~13:00 ワインヤサヨガ CHISAKA ★★	12:30							13:00	温活タイム 13:00~13:30		温活タイム 13:00~14:00	温活タイム 13:00~13:30			13:00	13:30							14:00	14:00~15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★	13:30~14:30 ペーシックヨガ 愛海 ★★		14:00~15:00 アロマリラックス ヨガ MIHO ★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ kanae ★★	13:30~14:30 シェイプアップヨガ Fumiyo ★★★	14:30	温活タイム 14:30~15:15		14:30~15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★		温活タイム 14:30~15:15	13:30~14:30 ストレッチ Ruriko ★	15:00							15:30	15:30~16:30 フローヨガ AKIM ★★		温活タイム 15:30~16:30	15:30~16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Fumiyo ★	15:00~16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★	16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00			16:30							17:00							17:30							18:00					アロマ NEW!		18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館					
11:00																																																																																																																																																																															
11:30						11:30																																																																																																																																																																									
12:00	12:00~13:00 ピューティーヨガ mayu ★	12:00~13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00~13:00 アロマリラックヨガ Mari ★	12:00~13:00 ペーシックヨガ KAZUKO ★★	12:00~12:45 ストレッチングヨガ maya ★  温活タイム 12:45~13:00	12:00~13:00 アロマリラックスヨガ YOSHIE ★  12:00~13:00 ワインヤサヨガ CHISAKA ★★	12:30							13:00	温活タイム 13:00~13:30		温活タイム 13:00~14:00	温活タイム 13:00~13:30			13:00	13:30							14:00	14:00~15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★	13:30~14:30 ペーシックヨガ 愛海 ★★		14:00~15:00 アロマリラックス ヨガ MIHO ★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ kanae ★★	13:30~14:30 シェイプアップヨガ Fumiyo ★★★	14:30	温活タイム 14:30~15:15		14:30~15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★		温活タイム 14:30~15:15	13:30~14:30 ストレッチ Ruriko ★	15:00							15:30	15:30~16:30 フローヨガ AKIM ★★		温活タイム 15:30~16:30	15:30~16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Fumiyo ★	15:00~16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★	16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00			16:30							17:00							17:30							18:00					アロマ NEW!		18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																						
12:30																																																																																																																																																																															
13:00	温活タイム 13:00~13:30		温活タイム 13:00~14:00	温活タイム 13:00~13:30			13:00																																																																																																																																																																								
13:30																																																																																																																																																																															
14:00	14:00~15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★	13:30~14:30 ペーシックヨガ 愛海 ★★		14:00~15:00 アロマリラックス ヨガ MIHO ★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ kanae ★★	13:30~14:30 シェイプアップヨガ Fumiyo ★★★	14:30	温活タイム 14:30~15:15		14:30~15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★		温活タイム 14:30~15:15	13:30~14:30 ストレッチ Ruriko ★	15:00							15:30	15:30~16:30 フローヨガ AKIM ★★		温活タイム 15:30~16:30	15:30~16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Fumiyo ★	15:00~16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★	16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00			16:30							17:00							17:30							18:00					アロマ NEW!		18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館																																																							
14:30	温活タイム 14:30~15:15		14:30~15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★		温活タイム 14:30~15:15	13:30~14:30 ストレッチ Ruriko ★	15:00							15:30	15:30~16:30 フローヨガ AKIM ★★		温活タイム 15:30~16:30	15:30~16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Fumiyo ★	15:00~16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★	16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00			16:30							17:00							17:30							18:00					アロマ NEW!		18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																																																										
15:00																																																																																																																																																																															
15:30	15:30~16:30 フローヨガ AKIM ★★		温活タイム 15:30~16:30	15:30~16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Fumiyo ★	15:00~16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★	16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00			16:30							17:00							17:30							18:00					アロマ NEW!		18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																																																																								
16:00	温活タイム 16:30~17:00			温活タイム 16:30~17:00																																																																																																																																																																											
16:30																																																																																																																																																																															
17:00																																																																																																																																																																															
17:30																																																																																																																																																																															
18:00					アロマ NEW!																																																																																																																																																																										
18:30	18:20~19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ mai ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ Momoka ★	18:00~19:00 ペーシックヨガ 中野紗歌 ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ mimi ★	19:00							19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																																																																																																																		
19:00																																																																																																																																																																															
19:30	NEW!	19:30~20:30 シェイプアップヨガ YURI ★★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Saku ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	19:30~20:30 陰ヨガ Yoko ★	18:00~19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★						20:30	NEW!						21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																																																																																																																																
20:00	姿勢改善ヨガ MIWA ★★																																																																																																																																																																														
20:30	NEW!																																																																																																																																																																														
21:00	21:00~22:00 ピューティーヨガ MIWA ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	21:00~22:00 デトックスヨガ Saku ★★	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 週替わりレッスン ★★	19:30 閉館	21:30						19:30 閉館	22:00							22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館																																																																																																																																																					
21:30						19:30 閉館																																																																																																																																																																									
22:00																																																																																																																																																																															
22:30	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40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。

※温活タイムは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に出入り可能です。

※レッスン中・温活タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。

店舗案内
平日:10:00~22:30
土日祝:8:30~19:30
休館日
6日、16日 26日、月末最終日
各プログラムの下の★は レッスン強度・難度を示しています
★…初級
★★…中級
★★★…上級
コンディショニングクラス(調整系)
週替わり
温活タイム

