

**CALDO KINSHICHO STUDIO TIMETABLE**  
**カルド錦糸町 4月17日(金)～4月30日(木) スタジオスケジュール**

	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)
9:00		9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	時間変更 9:00～10:00 週替わりレッスン ★★						9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★				
10:00			温活タイム 10:00～11:15										
10:30	10:30～11:30 骨盤コンディショニング ヨガ maya ★★	10:30～11:30 ボディコンディショ ニングヨガ masami ★★		10:30～11:30 ベーシックヨガ MIYUKI ★★	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 ビューティーヨガ KAZUKO ★	10:30～11:30 骨盤コンディショニング ヨガ maya ★★	10:30～11:30 ボディコンディショ ニングヨガ masami ★★	10:30～11:30 ベーシックヨガ MIYUKI ★★	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 ビューティーヨガ KAZUKO ★
11:00													
12:00	12:00～12:45 ストレッチングヨガ maya ★	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ YOSHIE ★	12:00～13:00 ワインヨガ CHISAKA ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ MIYUKI ★	12:00～13:00 コアフレグ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ Mari ★	12:00～13:00 ベネチアヨガ KAZUKO ★★	12:00～12:45 ストレッチングヨガ maya ★	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ YOSHIE ★	12:00～13:00 リラックスヨガ MIYUKI ★	12:00～13:00 コアフレグ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ Mari ★	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ KAZUKO ★★
12:30	温活タイム 12:45～13:00							温活タイム 12:45～13:00					
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			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
13:30	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 ★★	13:30～14:30 ストレッチ Ruriko ★		13:30～14:30 ベーシックヨガ 愛海 ★★			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 ★★		13:30～14:30 ベーシックヨガ 愛海 ★★		
14:00				14:00～15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★			14:00～15:00 アロマリラックス ヨガ MIHO ★			14:00～15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★			14:00～15:00 アロマリラックス ヨガ MIHO ★
14:30	温活タイム 14:30～15:15				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		温活タイム 14:30～15:15		14:30～15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★	
15:00		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 ★★	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 ★			15:30～16:30 デトックスヨガ MIHO ★★	15:30～16:30 デトックスヨガ MIHO ★★
16:00										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 ★★
16:30		16:30～17:30 フローヨガ mimi ★★	16:30～17:30 やさしいデトックスヨガ Fumiyo ★	温活タイム 16:30～17:00			温活タイム 16:30～17:00		16:30～17:30 フローヨガ mimi ★★	温活タイム 16:30～17:00			温活タイム 16:30～17:00
17:00													
17:30													
18:00		18:00～19:00 ビギナーヨガ mimi ★	18:00～19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	18:20～19:20 ビギナーヨガ 埴内多摩美 ★	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00～19:00 ベーシックヨガ 愛海 ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Momoka ★		18:00～19:00 ビギナーヨガ mimi ★		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ Yoko ★	18:00～19:00 ベーシックヨガ 愛海 ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Momoka ★
18:30	時間変更				時間変更			時間変更		時間変更			
19:00	19:00～20:00 ベーシックヨガ 中野紗歌 ★★							19:00～20:00 ベーシックヨガ 中野紗歌 ★★					
19:30													
20:00	時間変更			19:45～20:30 姿勢改善ヨガ MIWA ★★	19:30～20:30 週替わりレッスン ★	19:30～20:30 ヒーリングヨガ masami ★	19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★	時間変更		19:45～20:30 姿勢改善ヨガ MIWA ★★		19:30～20:30 ヒーリングヨガ masami ★	19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★
20:30					温活タイム 20:30～21:30			20:30～21:30 週替わりレッスン ★			温活タイム 20:30～21:30		
21:00	20:30～21:30 週替わりレッスン ★												
21:30				21:00～22:00 リフレッシュヨガ MIWA ★		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ masami ★★	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ misa ★			21:00～22:00 リフレッシュヨガ MIWA ★		21:00～22:00 リフレッシュヨガ masami ★★	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ misa ★
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	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;  
 ※同日2本目のレッスンは1,980円(税込)、I  
 ※スタジオ入室時間は **スタジオ消毒・清掃**  
 ※レッスン開始後の **途中入室はお断り**  
 ※スタジオへのバスタオル、フェイスタオル  
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。  
 ※溶岩タイムは、プレミアム会員様・溶岩C  
 ※レッスン中・溶岩タイム中は、マットの上  
 ※スタジオからご退出の際には消毒タオル

**【4月休館日のお知らせ】**  
 6日(月)16日(木)  
 26日(日)30日(木)

