

CALDO KINSHICHO STUDIO TIMETABLE
カルド錦糸町 5月16日(土)～5月31日(金) スタジオスケジュール

	5月16日(土)	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26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)	5月31日(日)		
9:00	9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	↓ NEW ! ↓ 9:00～10:00 骨盤 コンディショニングヨガ key ★★						9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	↓ NEW ! ↓ 9:00～10:00 骨盤 コンディショニングヨガ key ★★						9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	↓ NEW ! ↓ 9:00～10:00 骨盤 コンディショニングヨガ key ★★	9:00	
9:30																		9:30
10:00		温活タイム 10:00～11:15							10:00～11:15 温活タイム									10:00
10:30	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 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 ボディコンディショ ニングヨガ masami ★★	10:00～11:15 温活タイム		10:30
11:00																		11:00
11:30																		11:30
12:00	12:00～13:00 アロマリラクゼーション YOSHIE ★	12:00～13:00 ヴァンヤサヨガ CHISAKA ★★★	12:00～13:00 リラクゼーション MIYUKI ★	12:00～13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラクゼーション Mari ★	12:00～13:00 ベーシックヨガ KAZUKO ★★		12:00～13:00 アロマリラクゼーション YOSHIE ★	12:00～13:00 ヴァンヤサヨガ CHISAKA ★★★	12:00～13:00 リラクゼーション MIYUKI ★	12:00～13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラクゼーション Mari ★	12:00～13:00 ベーシックヨガ KAZUKO ★★		12:00～13:00 アロマリラクゼーション YOSHIE ★	12:00～13:00 ヴァンヤサヨガ CHISAKA ★★★	12:00	
12:30																		12:30
13:00			13:00～13:30 温活タイム							13:00～13:30 温活タイム								13:00
13:30	13:30～14:30 シェイプアップヨガ Fumyo ★★★	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 シェイプアップヨガ Fumyo ★★★	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 シェイプアップヨガ Fumyo ★★★	13:30～14:30 ストレッチ Ruriko ★	13:30	
14:00			14:00～15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★							14:00～15:00 アロマヒーリング ヨガ AKIM ★								14:00
14:30				14:30～15:15 温活タイム	14:30～15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★						14:30～15:15 温活タイム	14:30～15:30 ボディメイクヨガ MADOKA ★★						14:30
15:00	15:00～16:00 ストレッチングヨガ Fumyo ★	15:00～16:00 ルーシーダットン Ruriko ★★						15:00～16:00 ストレッチングヨガ Fumyo ★										15:00
15:30			15:00～17:00 温活タイム															15:30
16:00					15:30～16:30 温活タイム	15:30～16:30 デトックスヨガ MIHO ★★				15:00～17:00 温活タイム								16:00
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 Fumyo ★						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 Fumyo ★									16:30
17:00																		17:00
17:30																		17:30
18:00	18:00～19:00 アロマ 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 堀内多摩美 ★	18:00～19:00 アロマリラクゼーション 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 アロマ 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 堀内多摩美 ★	18:00～19:00 アロマリラクゼーション 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 アロマ ビギナーヨガ mimi ★	18:00～19:00 リフレッシュヨガ らん ★★	18:00	
18:30																		18:30
19:00																		19:00
19:30				↓ NEW ! ↓ 19:30～20:30 デトックスヨガ CHIE ★★	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 ★★					↓ NEW ! ↓ 19:30～20:30 デトックスヨガ CHIE ★★	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 ★★					19:30
20:00			19:45～20:30 姿勢改善ヨガ MIWA ★★							19:45～20:30 姿勢改善ヨガ MIWA ★★								20:00
20:30																		20:30
21:00			21:00～22:00 ビューティーヨガ MIWA ★	20:30～21:30 温活タイム														21:00
21:30					21:00～22:00 リラクゼーション masami ★★	21:00～22:00 アロマリラクゼーション misa ★			21:00～22:00 ビューティーヨガ MIWA ★						21:00～22:00 リラクゼーション masami ★★	21:00～22:00 アロマリラクゼーション misa ★	21:30	
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 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

休館日

休館日

※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。
 ※同日2回目のレッスンは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。
 ※浴槽タイムは、プレミアム会員様・浴槽OPを付けている会員様のみ、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・浴槽タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。
 ※スタジオからご退室の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。

《5月休館日のお知らせ》
 1日(金)
 8日(金)
 15日(金)
 22日(金)
 29日(金)
 ※5月から毎週金曜日に変更となります。

- 初級クラス ★
- 中級クラス ★★
- 上級クラス ★★★
- コンディショニング系
- 温活タイム