

# CALDO KINSHICHO STUDIO TIMETABLE カルド錦糸町 6月1日(月)～6月15日(月) スタジオスケジュール

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)	6月15日(月)
9:00						9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	9:00～10:00 音響 コンディショニングヨガ key ★★		9:00				9:00～10:00 やさしいフローヨガ masami ★	9:00～10:00 音響 コンディショニングヨガ key ★★	
9:30									9:30						
10:00							温活タイム 10:00～11:15		10:00					温活タイム 10:00～11:15	
10:30	10:30～11:30 ベータヨガ 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 ビュティヨーガ KAZUKO ★		10:30～11:30 ボディコンディショ ニングヨガ masami ★★		10:30～11:30 ベータヨガ 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 ビュティヨーガ KAZUKO ★		10:30～11:30 ボディコンディショ ニングヨガ masami ★★		10:30～11:30 ベータヨガ MIYUKI ★★
11:00									11:00						
11:30									11:30						
12:00	12:00～13:00 リラクソスヨガ MIYUKI ★	12:00～13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ Mari ★	12:00～13:00 ベータヨガ KAZUKO ★★		12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ YOSHIE ★	12:00～13:00 ヴィンヤサヨガ CHISAKA ★★	12:00～13:00 リラクソスヨガ MIYUKI ★	12:00～13:00 コアトレヨガ koto ★★	12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ Mari ★	12:00～13:00 ベータヨガ KAZUKO ★★		12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ YOSHIE ★	12:00～13:00 ヴィンヤサヨガ CHISAKA ★★	12:00～13:00 リラクソスヨガ MIYUKI ★
12:30									12:30						
13:00	温活タイム 13:00～13:30							温活タイム 13:00～13:30	13:00						
13:30		13:30～14:30 ベータヨガ 愛海 ★★	温活タイム 13:00～14:00			13:30～14:30 シェイプアップヨガ Fumiyu ★★	13:30～14:30 ストレッチ Runko ★		13:30～14:30 ベータヨガ 愛海 ★★	温活タイム 13:00～14:00			13:30～14:30 シェイプアップヨガ Fumiyu ★★	13:30～14:30 ストレッチ Runko ★	
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		温活タイム 14:30～15:15							14:30	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						
15:30	温活タイム 15:00～17:00					15:00～16:00 ストレッチングヨガ Fumiyu ★	15:00～16:00 ルーシーダットン Runko ★★	温活タイム 15:00～17:00	15:30						
16:00									16:00	温活タイム 15:30～16:30	15:30～16:30 ピラティスヨガ MIHO ★★				
16:30						16:30～17:30 フローヨガ mimi ★★	16:30～17:30 やさしいピラティスヨガ Fumiyu ★		16:30						
17:00									17:00						
17:30									17:30						
18:00		18:00～19:00 アロマリラクソスヨガ Yoko ★	19:00～19:00 ベータヨガ 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	18:00～19:00 アロマリラクソスヨガ Yoko ★	18:00～19:00 ベータヨガ 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 ★★
18:30	18:20～19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★							18:20～19:20 ビギナーヨガ 垣内多摩美 ★	18:30						
19:00									19:00						
19:30		19:30～20:30 ピラティスヨガ OHIE ★★	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	19:30～20:30 ピラティスヨガ OHIE ★★	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 ★★			
20:00	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		温活タイム 20:30～21:30							20:30	温活タイム 20:30～21:30					
21:00									21:00						
21:30	21:00～22:00 ビュティヨーガ MIWA ★		21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ masami ★★	21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ misa ★				21:00～22:00 ビュティヨーガ MIWA ★	21:30	21:00～22:00 リフレッシュヨガ masami ★★	21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ misa ★				21:00～22:00 ビュティヨーガ MIWA ★
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	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

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室は断りしております。シャワーブース場所取りの為に途中退室はご遠慮ください。  
 ※スタジオへのバスケット、フィエスタタル、お水以外の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。  
 ※スタジオ内の私語はご遠慮ください。  
 ※溶着タイムは、プレミアム会員様・溶着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。スタジオは自由に入出可能です。  
 ※レッスン中・溶着タイム中は、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ワレでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。

**《6月休館日のお知らせ》**  
 5日(金)  
 12日(金)  
 19日(金)  
 26日(金)  
 毎週金曜日

- 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