CALDO　KINSHICHO　STUDIO　TIMETABLE
カルド錦糸町　11/16（月）～11/22（日）スタジオスケジュール

	11/16（月）	11/17（火）	11/18（水）	11/19（木）	11/20（金）	11/21（土）	11/22（日）
9:00					休館日 ※マルチストアサービスにて他店舗をご利用いただけます		週替わりレッスン 9：00～10：00 リフレッシュヨガ 真実 ★★
9:30						9：00～10：00 ビューティーヨガ Yoshimi ★	
10:00							代行レッスン
10:30	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 冷え・むくみ改善 ヨガ Yoshimi ★★	10：30～11：30 リラックスヨガ 真実 ★
11:00							
11:30	レッスン内容変更	週替わりレッスン					代行レッスン
12:00	12：00～13：00 リラックスヨガ MIYUKI ★	12：00～13：00 フローヨガ kanae ★★	12：00～13：00 アロマ リラックスヨガ Mari ★	12：00～13：00 ベーシックヨガ KAZUKO ★★		12：00～13：00 アロマリラックスヨガ YOSHIE ★	12：00～13：00 ヴィンヤサヨガ yayoi ★★★
12:30							
13:00	13：00～13：30 温活タイム		13：00～14：00 温活タイム	13：00～15：00 温活タイム		13：00～14：00 温活タイム	13：00～13：30 温活タイム
13:30		13：30～14：30 姿勢改善ピラティス kanae ★★					時間変更 レッスン内容変更
14:00	14：00～15：00 アロマ ヒーリングヨガ AKIM ★					時間変更	14：00～15：00 SEN & セルフマッサージ ルーシーダットン Ruriko ★
14:30		14：30～15：15 温活タイム	14：30～15：30 ベーシックヨガ yui ★★			14：30～15：30 リフレッシュヨガ Fumiyo ★★	
15:00	15：00～17：00 温活タイム						15：00～15：30 温活タイム
15:30			15：30～16：30 温活タイム	15：30～16：30 デトックスヨガ MIHO ★★		15：30～16：00 温活タイム	
16:00							
16:30				16：30～17：00 温活タイム		16：30～17：30 フローヨガ mimi ★★	16：30～17：30 アロマ デトックスヨガ Fumiyo ★
17:00							
17:30							
18:00		18：00～19：00 アロマ リラックスヨガ Yoko ★		18：00～19：00 ビギナーヨガ yui ★		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 Tamami ★		18：20～19：20 パワーヨガ CHIE ★★★				
19:00							
19:30		19：30～20：30 デトックスヨガ Yoshimi ★★		19：30～20：30 肩こり・腰痛改善ヨガ misa ★★		19：30　閉館	19：30　閉館
19:45	19：45～20：30 姿勢改善ヨガ MIWA ★★		19：40～20：40 ヒーリングヨガ CHIE ★				
20:00							
20:30			週替わりレッスン				
21:00	21：00～22：00 ビューティーヨガ MIWA ★	21：00～22：00 ストレッチングヨガ Yoshimi ★	21：00～22：00 リフレッシュヨガ 鷲谷　直子 ★★	21：00～22：00 アロマ リラックスヨガ misa ★			
21:30							
22:00							
22:30	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。
※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、ご自由にお使いいただける時間です。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、タオルを敷いてご利用下さい。