

CALDO SHAKUJIKOEN STUDIO TIMETABLE
カルド石神井公園 5月16日(土)~5月31日(日) 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		フロントノースタッフ 15:00~17:30	フロントノースタッフ 15:00~17:30	フロントノースタッフ 15:00~17:30	フロントノースタッフ 15:00~17:30		9:00			フロントノースタッフ 15:00~17:30	フロントノースタッフ 15:00~17:30	フロントノースタッフ 15:00~17:30			
9:30							9:30								
10:00							10:00								
10:30	10:30~11:30 ビューティーヨガ 越 奏子 ★	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ AKI ★★	10:30~11:30 アロマ やさしいデトックス ヨガ ミヤコ ★	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ エミ ★	10:30~11:30 ピギナーヨガ Megumi ★	10:30~11:30 ベシッソクヨガ 越 奏子 ★★	10:30~11:30 ストレッチングヨガ MARI ★	10:30~11:30 ビューティーヨガ 越 奏子 ★		10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ エミ ★	10:30~11:30 ピギナーヨガ Megumi ★	10:30~11:30 ベシッソクヨガ 越 奏子 ★★	10:30~11:30 ストレッチングヨガ MARI ★	10:30~11:30 ビューティーヨガ 越 奏子 ★	
11:00							11:00								
11:30							11:30								
12:00	12:00~13:00 ベシッソクヨガ 越 奏子 ★★	12:00~13:00 やさしいフローヨガ AKI ★	12:00~13:00 シェイプアップヨガ ミヤコ ★★★	12:00~13:00 冷えむくみ改善ヨガ エミ ★★		12:00~13:00 アロマ リラクソクヨガ rakeru ★	12:00~13:00 ベシッソクヨガ 越 奏子 ★★	12:00~13:00 やさしいフローヨガ AKI ★		12:00~13:00 冷えむくみ改善ヨガ エミ ★★			12:00~13:00 アロマ リラクソクヨガ rakeru ★	12:00~13:00 ベシッソクヨガ 越 奏子 ★★	
12:30							12:30								
13:00							13:00								
13:30	13:30~14:30 ピギナーヨガ 根岸 綾 ★	13:30~14:30 ピギナーヨガ Natsumi ★★		13:30~14:30 ピギナーヨガ ミヤコ ★	13:30~14:30 ボディ コンディショニング ヨガ くるみ ★★	13:45~14:30 アロマ ストレッチングヨガ Tamaki ★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ rakeru ★★	13:30~14:30 ピギナーヨガ 根岸 綾 ★		13:30~14:30 ピギナーヨガ ミヤコ ★	13:30~14:30 ボディ コンディショニング ヨガ くるみ ★★	13:45~14:30 アロマ ストレッチングヨガ Tamaki ★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ rakeru ★★	13:30~14:30 ピギナーヨガ 根岸 綾 ★	
14:00							14:00								
14:30							14:30								
15:00	15:00~16:00 テンセグリティー・ ヴィンヤサ® 根岸 綾 ★★★	15:00~16:00 ビューティーヨガ Natsumi ★	15:00~16:00 ピギナーヨガ SHOKO ★		15:00~16:00 シェイプアップヨガ Tamaki ★★★		15:00~16:00 テンセグリティー・ ヴィンヤサ® 根岸 綾 ★★★	15:00~16:00 ピギナーヨガ yuuka ★			15:00~16:00 やさしいフローヨガ くるみ ★	15:00~16:00 シェイプアップヨガ Tamaki ★★★		15:00~16:00 テンセグリティー・ ヴィンヤサ® 根岸 綾 ★★★	
15:30							15:30								
16:00							16:00								
16:30	16:30~17:30 陰ヨガ Megumi ★	16:30~17:30 冷えむくみ改善 ヨガ akari ★★	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:30~17:30 陰ヨガ Megumi ★	16:30~17:30 デトックスヨガ yuuka ★★		16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 ビューティーヨガ つくは ★	16:30~17:30 陰ヨガ Megumi ★
17:00							17:00								
17:30							17:30								
18:00	18:00~18:45 アロマデトックスヨガ Megumi ★★	18:00~19:00 リラクソクヨガ 遊部みゆち ★	18:00~19:30 リラクソクヨガ Ree ★	18:00~19:00 アロマ ビューティーヨガ 中山 由美 ★	18:15~19:15 デトックスヨガ ミヤコ ★★	18:15~19:15 ピラティス 宮崎玲子 ★★	18:00~18:45 アロマデトックスヨガ Megumi ★★	18:00~19:00 リラクソクヨガ 遊部みゆち ★		18:00~19:00 アロマ ビューティーヨガ 中山 由美 ★	18:15~19:15 デトックスヨガ ミヤコ ★★	18:15~19:15 ピラティス 宮崎玲子 ★★		18:00~18:45 アロマデトックスヨガ Megumi ★★	
18:30							18:30								
19:00							19:00								
19:30	19:30 閉館	19:30 閉館		19:30~20:30 リフレッシュヨガ akari ★★	19:45~20:30 アロマ ヒーリングヨガ ミヤコ ★	19:45~20:30 フローヨガ くるみ ★★	19:30 閉館	19:30 閉館		19:30~20:30 リフレッシュヨガ akari ★★	19:45~20:30 アロマ ヒーリングヨガ ミヤコ ★	19:45~20:30 フローヨガ くるみ ★★		19:30 閉館	
20:00							20:00								
20:30							20:30								
21:00							21:00								
21:30			21:30 閉館	21:00~22:00 ストレッチングヨガ 遊部みゆち ★	21:00~22:00 ベシッソクヨガ 志信 ★★	21:00~22:00 リラクソクヨガ くるみ ★	21:30 閉館	21:30 閉館		21:00~22:00 ストレッチングヨガ 遊部みゆち ★	21:00~22:00 ベシッソクヨガ 志信 ★★	21:00~22:00 リラクソクヨガ くるみ ★		21:30 閉館	
22:00							22:00								
22:30							22:30								

休館日

休館日

【スタジオご利用の注意事項】

- ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
- ※携帯電話や貴重品はロッカーにお入れください。
- ※スタジオへの(スタジオ、フェイススタジオ、お水以外の)お持ち込みはお断りしております。
- ※スタジオ入室時間はスタジオ消毒・清掃の関係で10分~15分前となります。
- ※フロントノースタッフアワーは商品購入・緊急時対応のみと、手続き(退会・休会)受付はできません。
- 種別変更・オプション追加・解約はマイページより可能です。

- ※HOTヨガのレッスンは定員44名です。
- ※HOTヨガは整理券制です。
- ※整理券はレッスン開始の30分から5分前までフロントにて配布いたします。
- ※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。
- ※レッスン開始後の途中入室は断りしております。
- ※HOTヨガの同日2本目のレッスンはプラチナ会員は無料、その他会員は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。

