

CALDO FUNABORI STUDIO TIMETABLE
カルド船堀店 8月前半スタジオスケジュール

	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)		8月8日(土)	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
8:30	8:30～9:30 フローヨガ Natsumi ★★	8:30～9:30 やさしい デトックスヨガ Yuki ★						8:30	8:30～9:30 フローヨガ Natsumi ★★	8:30～9:30 やさしい デトックスヨガ Yuki ★		特別 プログラム	特別 プログラム	特別 プログラム		
9:00								9:00								
9:30	9:30～9:40	9:30～9:40	溶岩タイム 9:30～10:00	溶岩タイム 9:30～10:00		溶岩タイム 9:30～10:00	溶岩タイム 9:30～10:00	9:30	9:30～9:40	9:30～9:40	溶岩タイム 9:30～10:00	溶岩タイム 9:30～10:00	溶岩タイム 9:30～10:00	溶岩タイム 9:30～10:00		
10:00	10:00～11:00 アロマ リラクゼーション MIWA ★	10:00～11:00 ベアッシュヨガ Yuki ★★	10:00～11:00 リラクゼーション miho ★	10:00～11:00 フローヨガ 開沼 ★★		10:00～11:00 ボディメイクヨガ Yuki ★★	10:00～11:00 ヒーリングヨガ SATOKO ★	10:00	10:00～11:00 アロマ リラクゼーション Michiru ★	10:00～11:00 ベアッシュヨガ Yuki ★★	10:00～11:00 リラクゼーション miho ★	10:00～11:00 映画館 コンディショニング ヨガ 開沼 ★★	10:00～11:00 夏の養生 アロマヨガ Sae ★★	有観イベント 10:00～11:30 新月リセット ヨガニトラ ～手紙して、 なりたい私へ～ Ryoko ★1～1.5		
10:30								10:30								
11:00	11:00～11:10	11:00～11:10	11:00～11:10	11:00～11:10		11:00～11:10	11:00～11:10	11:00	11:00～11:10	11:00～11:10	11:00～11:10	11:00～11:10	11:00～11:10			
11:30	11:30～12:30 やさしい フローヨガ MIWA ★	11:30～12:30 ビギナーピラティス MIKIKO ★	11:30～12:30 リフレッシュヨガ Fumiyo ★★	11:30～12:30 ビューティーヨガ YUUKI ★		11:30～12:30 ストレッチングヨガ Yuki ★	11:30～12:30 ボディメイクヨガ SATOKO ★★	11:30	11:30～12:30 やさしい フローヨガ Michiru ★	11:30～12:30 ビギナーピラティス MIKIKO ★	11:30～12:30 リフレッシュヨガ Fumiyo ★★	11:30～12:30 宵中・二の橋 別荘ヨガ YUUKI ★	11:30～12:30 めぐりヨガ Sae ★	溶岩タイム 11:30～12:30		
12:00								12:00								
12:30	12:30～12:40	12:30～12:40	12:30～12:40	12:30～12:40		12:30～12:40	12:30～12:40	12:30	12:30～12:40	12:30～12:40	12:30～12:40	12:30～12:40	12:30～12:40			
13:00	ゆるHOT					ゆるHOT		13:00	ゆるHOT					ゆるHOT		
13:30	13:15～14:15 パワーヨガ MIKIKO ★★	13:15～14:15 リフレッシュヨガ Fumiyo ★★				13:30～14:30 ボディ コンディショニングヨガ KAZUKO ★★		13:30	13:15～14:15 パワーヨガ MIKIKO ★★	13:15～14:15 リフレッシュヨガ Fumiyo ★★				13:15～14:00 やさしいフロー 真央 ★		
14:00	14:15～14:25	14:15～14:25	14:00～15:00 ヒーリングヨガ 開沼 ★	14:30～14:40				14:00	14:15～14:25	14:15～14:25	14:00～15:00 ヒーリングヨガ 開沼 ★			13:30～14:30 熊手平 シェイプヨガ KAZUKO ★★	13:30～14:30 熊手平 しのぶ ★	14:00～14:10
14:30								14:30	14:15～14:25	14:15～14:25	15:00～15:10			14:30～14:40		
15:00	14:45～15:45 アロマ ビギナーヨガ らん ★	15:00～16:00 シェイプアップヨガ 小林 ★★	15:00～15:10	15:00～16:00 デトックスヨガ KAZUKO ★		14:30～15:30 ビギナーヨガ 真央 ★	15:00～16:00 リフレッシュヨガ KAZUKO ★★	15:00	14:45～15:45 アロマ ビギナーヨガ らん ★	15:00～16:00 シェイプアップヨガ 小林 ★★	15:00～15:10			15:00～16:00 キャンディヨガ KAZUKO ★	16:00～18:00 アール ウェディング しのぶ ★★	14:30～15:30 熊手平 ヨガトレ 真央 ★★
15:30	15:45～15:55	16:00～16:10	15:30～16:15 やさしい パワーヨガ 開沼 ★★					15:30	15:45～15:55							
16:00			溶岩タイム 16:15～17:00	溶岩タイム 16:00～17:00		溶岩タイム 15:30～17:00	溶岩タイム 16:00～17:00	16:00		16:00～16:10	溶岩タイム 16:15～17:00	溶岩タイム 16:00～17:00	溶岩タイム 16:00～17:00	溶岩タイム 16:00～17:00		
16:30	16:15～17:15 デトックスヨガ らん ★★	16:30～17:30 ビューティーヨガ 小林 ★						16:30	16:15～17:15 デトックスヨガ らん ★★	16:30～17:30 ビューティーヨガ 小林 ★						
17:00	17:15～17:25	17:30～17:40						17:00	17:15～17:25	17:30～17:40						
17:30								17:30								
18:00	18:00～19:00 週替わりレッスン★	18:00～19:00 アロマ リラクゼーション ★	18:30～19:30 KaQiLa 脂肪燃焼 UTAKO ★★	18:15～19:00 リラクゼーション MIWA ★		18:30～19:15 コアトレヨガ 小林 ★★	18:30～19:30 ビギナーヨガ mimi ★	18:00	18:00～19:00 週替わりレッスン★	18:00～19:00 アロマ リラクゼーション mimemo ★	18:30～19:30 KaQiLa 脂肪燃焼 UTAKO ★★	18:00～19:00 金身リカバリー Natsumi ★	18:15～19:00 キャンドル ストレッチング 石川 真希 ★	18:00～19:30 お昼間までアロマ コアトレヨガ 小林 ★★		
18:30				19:00～19:10		19:15～19:25	19:30～19:40	18:30								
19:00			19:30～19:40					19:00								
19:30				19:30～20:30 パワーヨガ misa ★★		19:45～20:45 ビューティーヨガ 小林 ★	20:00～20:45 ピラティス MIKIKO ★★	19:30						19:30～20:30 ボディメイク 石川 真希 ★★		
20:00	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00～21:00 ビギナーヨガ Teiko ★	20:30～20:40		20:45～20:55	20:45～20:55	20:00	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00～21:00 ビギナーヨガ Teiko ★	20:00 閉館	20:30～20:40	20:00 閉館		
20:30			21:00～21:10					20:30								
21:00				21:00～22:00 やさしいアロマ デトックス misa ★				21:00								
21:30			21:30～22:15 コアトレヨガ Teiko ★★			21:15～22:15 アロマKaQiLa UTAKO ★	21:15～22:15 膝ヨガ MIKIKO ★	21:30			21:30～22:15 膝ヨガ Teiko ★★		21:00～22:00 夏の文庫礼拝 SETSUOKO ★★			
22:00								22:00								
22:30								22:30								
23:00			23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00			23:00 閉館		23:00 閉館		23:00 閉館	

※全てのレッスンは定員65名(現在はコロナ対策の一環として80%の52名)です。
※整理券は **レッスン開始30分前から5分前までフロントにて配布** 致します。また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。
※同日2本目のレッスンまたは時間外のご利用は1,980円(税込)でご参加いただけます。
※時間外利用の際はオプションを付けていても、タオルオプションのご利用はいただけませんのでご注意ください。
※スタジオ入室時間はスタジオ清掃の関係で10分～15分前となります。レッスン中・溶岩タイム中はマットの上に **タオルを敷いてご利用下さい。**
※スタジオからご退出の際にはヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。
※ **レッスン開始後の途中入室、体調不良以外での途中退出はご遠慮ください。**
※スタジオへのお持物は **バスタオル/フェイスタオル/整理券/お水(500ml以上)** をお持ちください。携帯電話や貴重品はロッカーにお入れください。
※ **スタジオ内での私語や館内での写真・動画撮影及びスタジオへの携帯電話のお持ち込みはご遠慮ください。**
※祝日は短縮営業となるため、特別プログラムへ変更となります。祝日プログラムは別紙をご確認ください。

《8月休館日のお知らせ》
5日(水)14日(金)15日(土)25日(火)31日(月)