

CALDO KAMATA STUDIO TIMETABLE
カルド蒲田 7月16日(木)～7月31日(金) スタジオスケジュール

海の日															
7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月・祝) 特別プログラム	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)
	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館		10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館		10:00 開館
	10:30～11:15 パワーヨガ AI ★★★	10:30～11:15 ボディメイクヨガ YUCA ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ 貴子 ★	10:30～11:30 ボディメイクヨガ YUCA ★★	10:30～11:30 アロマビューティー ヨガ 相田 千也子 ★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Misato ★★		10:30～11:15 パワーヨガ AI ★★★	10:30～11:15 コアトレヨガ YUMIKO ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ 貴子 ★	10:30～11:30 やさしいパワーヨガ AYAME ★★	10:30～11:30 アロマビューティー ヨガ 相田 千也子 ★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Misato ★★		10:30～11:15 パワーヨガ AI ★★★
	11:45～12:45 肩こり・腰痛改善ヨガ YUMIKO ★★	11:45～12:45 ピギナーヨガ YUCA ★	12:00～13:00 フローヨガ 由貴 ★★	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ 貴子 ★	12:00～13:00 フローヨガ 相田 千也子 ★★	12:30～13:30 ピギナーピラティス 阿部 あゆみ ★		11:45～12:45 肩こり・腰痛改善ヨガ YUMIKO ★★	11:45～12:45 ピギナーヨガ YUMIKO ★	12:00～13:00 ベアシックヨガ 藍未 ★★		12:00～13:00 フローヨガ 相田 千也子 ★★	12:30～13:30 ピギナーピラティス 阿部 あゆみ ★		11:45～12:45 肩こり・腰痛改善ヨガ YUMIKO ★★
	13:15～14:15 ビューティー ヨガ HARU ★	13:15～14:15 アシタンガヨガ Ayami ★★★	13:30～14:15 やさしいデトックスヨガ chie ★	13:30～14:30 リフレッシュヨガ 由貴 ★★	13:30～14:30 ピギナーヨガ 藍未 ★	14:00～15:00 ボディ コンディショニング (ボディケア) 阿部 あゆみ ★★		13:15～14:15 リラックスヨガ 由貴 ★	13:15～14:15 アシタンガヨガ Ayami ★★★	13:30～14:15 やさしいデトックスヨガ chie ★		13:30～14:30 ピギナーヨガ 藍未 ★	14:00～15:00 ボディ コンディショニング (ボディケア) 阿部 あゆみ ★★		13:15～14:15 ビューティー ヨガ HARU ★
	14:45～15:30 ヴィンヤサフローヨガ HARU ★★★	15:00～16:00 ピラティス 田中 深雪 ★★	14:45～15:45 シェイプアップヨガ chie ★★★	15:00～16:00 やさしいパワーヨガ 由貴 ★★	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ HARU ★★	15:45～16:45 やさしいデトックスヨガ HARU ★		14:45～15:30 ヴィンヤサフローヨガ 由貴 ★★★	15:00～16:00 ピラティス 田中 深雪 ★★	14:45～15:45 シェイプアップヨガ chie ★★★	15:00～16:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ 西澤 沙織 ★★	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ HARU ★★	15:45～16:45 やさしいデトックスヨガ HARU ★		14:45～15:30 ヴィンヤサフローヨガ HARU ★★★
	16:00～17:00 デトックスヨガ Kumiko ★★	16:30～17:30 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★	16:30～17:15 姿勢改善ヨガ EIKA ★★	16:30～17:15 リラックスヨガ 貴子 ★				16:00～17:00 デトックスヨガ Kumiko ★★	16:30～17:30 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★	16:30～17:15 姿勢改善ヨガ EIKA ★★	16:30～17:30 ベアシックヨガ Misato ★★		15:45～16:45 やさしいデトックスヨガ HARU ★		16:00～17:00 デトックスヨガ MIWA ★★
	18:00～19:00 ピギナーヨガ 伊東 尚美 ★	18:00～19:00 やさしいパワーヨガ 佐々木 茜 ★★	17:45～18:45 リラックスヨガ EIKA ★	17:45～18:45 ヴィンヤサフロー ヨガ 荒井内華 ★★★	18:00～18:45 シェイプアップ Eimi ★★★	18:00～18:45 ボディメイクヨガ YUCA ★★		18:00～19:00 ピギナーヨガ 伊東 尚美 ★	18:00～19:00 やさしいパワーヨガ 佐々木 茜 ★★	17:45～18:45 リラックスヨガ EIKA ★	18:00～18:45 ストレッチングヨガ Misato ★	18:00～18:45 シェイプアップヨガ 彩夏 ★★★	18:00～18:45 ボディメイクヨガ YUCA ★★		18:00～19:00 ピギナーヨガ 伊東 尚美 ★
	19:30～20:15 やさしいフローヨガ Mikako ★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館	19:15～20:15 やさしいパワーヨガ 由貴 ★★	19:15～20:15 ストレッチングヨガ YUCA ★		19:30～20:15 やさしいフローヨガ Mikako ★	19:30 閉館	19:30 閉館		19:15～20:15 シェイプアップ ヨガ HARU ★★★	19:15～20:15 やさしいパワーヨガ 由貴 ★★	19:15～20:15 ストレッチングヨガ YUCA ★	19:30～20:15 やさしいフローヨガ Mikako ★
	20:45～21:45 骨盤コンディショニング ヨガ Mikako ★★				20:45～21:45 リラックスヨガ 由貴 ★	20:45～21:45 デトックスヨガ Eimi ★★		20:45～21:45 骨盤コンディショニング ヨガ Mikako ★★			20:45～21:45 リラックスヨガ AKANE ★	20:45～21:45 リラックスヨガ 由貴 ★	20:45～21:45 デトックスヨガ Eimi ★★		20:45～21:45 骨盤コンディショニング ヨガ Mikako ★★
	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

※全てのレッスンは定員50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。
※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。
※同日2本目のレッスンは、ご契約プランと該当の料金をご確認ください。
※スタジオ入室時間は スタジオ消毒・清掃の関係で15分前となっております。
※レッスン開始後の 途中入室は**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。
※バスタオルを敷いてご利用下さい。

《7月休館日のお知らせ》

【毎週木曜日】

2日(木)・9日(木)・16日(木)
23日(木)・30日(木)

蒲田店公式SNSはこちら▽



LINE



Instagram