

CALDO KAMATA STUDIO TIMETABLE
カルド蒲田 8月1日(土)～8月15日(土) スタジオスケジュール

山の日																																
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・祝)		8月12日(水)		8月13日(木)		8月14日(金)		8月15日(土)				
10:00	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	10:00 開館	10:00 開館		10:00 開館		特別プログラム 10:00 開館						時短営業 10:00 開館		10:00 開館		10:00		
10:30	代行											代行		10:30	代行											10:30～11:30 肩こり腰痛改善 ヨガ 上村初美 ★★		10:30～11:15 コアトレヨガ しずか ★★		10:30		
11:00	10:30～11:15 コアトレヨガ Ayumi ★★	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 由貴 ★★★		11:00	10:30～11:15 コアトレヨガ しずか ★★	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 骨盤底筋活性 ヨガ 相田 千也子 ★								11:00				
11:30	代行											代行		11:30	代行													代行		11:30		
12:00	11:45～12:45 ピギナーヨガ Ayumi ★	通替り										11:45～12:45 リフレッシュヨガ 由貴 ★★		12:00	11:45～12:45 ピギナーヨガ 藍未 ★	通替り		12:00～13:00 ベーシックヨガ 優花 ★★		12:00～13:00 アロマ月礼拝 相田 千也子 ★★				12:00～12:45 ヴィンヤサフローヨガ HARU ★★★		11:45～12:45 ピギナーヨガ しずか ★		12:00				
12:30		12:00～13:00 ベーシックヨガ 優花 ★★				12:30～13:30 リラックスヨガ 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 ★		※半月ごとにカテゴリ変更		12:30						12:30～13:30 リラックスヨガ 貴子 ★										12:30		
13:00												13:15～14:15 やさしいデトックス ヨガ HARU ★		13:00	13:15～14:15 アシュタンガヨガ Ayami ★★★									13:15～14:15 やさしいデトックス ヨガ HARU ★		13:15～14:15 アシュタンガヨガ Ayami ★★★		13:15～14:15 アシュタンガヨガ Ayami ★★★		13:00		
13:30	13:15～14:15 アシュタンガヨガ Ayami ★★★	13:30～14:15 ヒーリングヨガ 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 ★★		※半月ごとにカテゴリ変更		13:30		13:30～14:15 やさしいデトックスヨガ chie ★		13:30～14:15 やさしいデトックスヨガ chie ★		13:30～14:30 ビューティーヨガ 由貴 ★										13:30		
14:00														14:00																		14:00
14:30		代行										14:45～15:30 ヴィンヤサフローヨガ HARU ★★★		14:30	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 ★★★														14:30		
15:00	15:00～16:00 ピラティス 田中 深雪 ★★	14:45～15:45 ヴィンヤサフロー ヨガ 由貴 ★★★		15:00～16:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ 西澤 沙織 ★★		※半月ごとにカテゴリ変更		※半月ごとにカテゴリ変更				16:00～17:00 デトックスヨガ Kumiko ★★		15:00		15:00～16:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ 西澤 沙織 ★★		15:00～16:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ 西澤 沙織 ★★		15:00～16:00 やさしいパワー ヨガ 由貴 ★★				14:45～15:45 リラックスヨガ 由貴 ★		15:00～16:00 ピラティス 田中 深雪 ★★		15:00				
15:30						15:30～16:30 コアトレヨガ HARU ★★		15:45～16:45 やさしいフロー ヨガ HARU ★				16:00～17:00 デトックスヨガ Kumiko ★★		15:30																15:30		
16:00												16:00～17:00 デトックスヨガ Kumiko ★★		16:00																16:00		
16:30	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 ベーシックヨガ Misato ★★								16:30～17:30 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★		16:30	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 ベーシックヨガ Misato ★★		16:30～17:15 シェイプアップヨガ MIWA ★★★				16:15～17:15 フローヨガ しずか ★★		16:30～17:30 ヒーリングヨガ 由貴 ★		16:30				
17:00														17:00																		17:00
17:30														17:30																		17:30
18:00	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 ★		担当者変更 18:00～18:45 シェイプアップヨガ 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	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 ★		17:45～18:45 リラックスヨガ MIWA ★				17:45～18:45 ビューティーヨガ しずか ★		18:00～19:00 やさしいパワーヨガ 佐々木 茜 ★★		18:00				
18:30						※半月ごとにカテゴリ変更		※半月ごとにカテゴリ変更						18:30																		18:30
19:00				※半月ごとにカテゴリ変更		カテゴリー変更								19:00				代行														19:00
19:30	19:30 閉館	19:30 閉館		19:15～20:15 パワーヨガ HARU ★★★		19:15～20:15 ベーシックヨガ 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	19:30 閉館	19:30 閉館		19:15～20:15 パワーヨガ 由貴 ★★★		19:30 閉館				19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30		
20:00														20:00																		20:00
20:30														20:30																		20:30
21:00				20:45～21:45 ヒーリングヨガ AKANE ★		20:45～21:45 リラックスヨガ 由貴 ★		20:45～21:45 リラックスヨガ 由貴 ★				20:45～21:45 骨盤コンディショニング ヨガ Mikako ★★		21:00				20:45～21:45 ヒーリングヨガ AKANE ★												21:00		
21:30														21:30																		21:30
22:00														22:00																		22:00
22:30				22:30 閉館		22:30 閉館		22:30 閉館				22:30 閉館		22:30				22:30 閉館														22:30

※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に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。

《8月休館日のお知らせ》
【毎週木曜日】
6日(木)・12日(水)・13日(木)
20日(木)・27日(木)

蒲田店公式SNSはこちら♡



LINE



Instagram