

CALDO KAMATA STUDIO TIMETABLE

カルド蒲田 10月16日(金)～10月31日(土) スタジオスケジュール

|       | 10月16日(金)                                      | 10月17日(土)                                  | 10月18日(日)                               | 10月19日(月)                                    | 10月20日(火)                                     | 10月21日(水)                                                  | 10月22日(木) |       | 10月23日(金)                                        | 10月24日(土)                                         | 10月25日(日)                               | 10月26日(月)                                    | 10月27日(火)                                     | 10月28日(水)                                                  | 10月29日(木)                             | 10月30日(金)                                        | 10月31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                                | 10:00 開館                                     | 10:00 開館                                      | 10:00 開館                                                   |                                       | 10:00 開館                                         | 10:00 開館                                   | 10:00 |
| 10:30 |                                                | 代行                                         |                                         |                                              |                                               | 代行                                                         |           | 10:30 |                                                  | 10:30～11:15<br>ボディコンディショニング<br>ヨガ<br>EIKA<br>★★   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  | 代行・内容変更                                    | 10:30 |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>パワーヨガ<br>AI<br>★★★              |                                            | 10:30～11:30<br>ストレッチングヨガ<br>貴子<br>★     | 10:30～11:30<br>やさしいパワーヨガ<br>AYAME<br>★★      | 10:30～11:30<br>アロマビューティー<br>ヨガ<br>相田 千也子<br>★ | 10:30～11:30<br>リフレッシュヨガ<br>Key<br>★★                       |           | 11:00 | 10:30～11:30<br>パワーヨガ<br>AI<br>★★★                | 10:30～11:15<br>ボディコンディショニング<br>ヨガ<br>YUMIKO<br>★★ | 10:30～11:30<br>ストレッチングヨガ<br>貴子<br>★     | 10:30～11:30<br>やさしいパワーヨガ<br>AYAME<br>★★      | 10:30～11:30<br>アロマビューティー<br>ヨガ<br>相田 千也子<br>★ | 10:30～11:30<br>リフレッシュヨガ<br>Misato<br>★★                    |                                       | 10:30～11:30<br>パワーヨガ<br>AI<br>★★★                | 10:30～11:15<br>ボディメイクヨガ<br>YUCA<br>★★      | 11:00 |
| 11:30 |                                                | 代行                                         |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 11:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  | 代行                                         | 11:30 |
| 12:00 | ※月ごとに内容変更                                      | 11:45～12:45<br>ビギナーヨガ<br>EIKA<br>★         | 12:00～13:00<br>リフレッシュヨガ<br>Ryoko<br>★★  |                                              | 12:00～13:00<br>フローヨガ<br>相田 千也子<br>★★          |                                                            |           | 12:00 | ※月ごとに内容変更                                        | 11:45～12:45<br>ビギナーヨガ<br>YUMIKO<br>★              | 12:00～13:00<br>リフレッシュヨガ<br>Ryoko<br>★★  |                                              | 12:00～13:00<br>フローヨガ<br>相田 千也子<br>★★          |                                                            |                                       | ※月ごとに内容変更                                        | 11:45～12:45<br>ビギナーヨガ<br>YUCA<br>★         | 12:00 |
| 12:30 | 12:30～13:30<br>コアトレヨガ<br>HARU<br>★★            |                                            |                                         | 12:30～13:30<br>リラククスヨガ<br>貴子<br>★            |                                               | 12:30～13:30<br>ビギナーピラティス<br>阿部 あゆみ<br>★                    |           | 12:30 | 12:30～13:30<br>コアトレヨガ<br>HARU<br>★★              |                                                   |                                         | 12:30～13:30<br>リラククスヨガ<br>貴子<br>★            |                                               | 12:30～13:30<br>ビギナーピラティス<br>阿部 あゆみ<br>★                    |                                       | 12:30～13:30<br>コアトレヨガ<br>HARU<br>★★              |                                            | 12:30 |
| 13:00 |                                                | 交替り                                        |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 13:00 |                                                  | 交替り                                               |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  | 交替り                                        | 13:00 |
| 13:30 | ※月ごとに内容変更                                      | 13:15～14:15<br>ヴィンヤサフロー<br>ヨガ<br>由貴<br>★★★ | 13:30～14:15<br>やさしいデトックスヨガ<br>chie<br>★ |                                              | 13:30～14:30<br>ビギナーヨガ<br>藍未<br>★              |                                                            |           | 13:30 | ※月ごとに内容変更                                        | 13:15～14:15<br>ヴィンヤサフロー<br>ヨガ<br>Eimi<br>★★★      | 13:30～14:15<br>やさしいデトックスヨガ<br>chie<br>★ |                                              | 13:30～14:30<br>ビギナーヨガ<br>藍未<br>★              |                                                            |                                       | ※月ごとに内容変更                                        | 13:15～14:15<br>ヴィンヤサフロー<br>ヨガ<br>彩夏<br>★★★ | 13:30 |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>やさしいフローヨガ<br>HARU<br>★          |                                            |                                         |                                              |                                               | 14:00～15:00<br>ボディ<br>コンディショニング<br>(ボディケア)<br>阿部 あゆみ<br>★★ |           | 14:00 | 14:00～15:00<br>やさしいフロー<br>ヨガ<br>HARU<br>★        |                                                   |                                         |                                              |                                               | 14:00～15:00<br>ボディ<br>コンディショニング<br>(ボディケア)<br>阿部 あゆみ<br>★★ |                                       | 14:00～15:00<br>やさしいフロー<br>ヨガ<br>HARU<br>★        |                                            | 14:00 |
| 14:30 |                                                |                                            |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 14:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 14:30 |
| 15:00 |                                                | 15:00～16:00<br>ピラティス<br>田中 深雪<br>★★        | 14:45～15:45<br>シェイプアップヨガ<br>chie<br>★★★ | 15:00～16:00<br>肩こり・腰痛改善<br>ヨガ<br>西澤 沙織<br>★★ | ※月ごとに内容変更                                     | ※月ごとに内容変更                                                  |           | 15:00 |                                                  | 15:00～16:00<br>ピラティス<br>田中 深雪<br>★★               | 14:45～15:45<br>シェイプアップヨガ<br>chie<br>★★★ | 15:00～16:00<br>肩こり・腰痛改善<br>ヨガ<br>西澤 沙織<br>★★ | ※月ごとに内容変更                                     | ※月ごとに内容変更                                                  |                                       |                                                  | 15:00～16:00<br>ピラティス<br>田中 深雪<br>★★        | 15:00 |
| 15:30 | 代行                                             |                                            |                                         |                                              |                                               | 15:30～16:30<br>骨盤コンディショニング<br>ヨガ<br>HARU<br>★★             |           | 15:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               | 15:30～16:30<br>骨盤コンディショニング<br>ヨガ<br>HARU<br>★★             |                                       |                                                  |                                            | 15:30 |
| 16:00 | 16:00～17:00<br>デトックスヨガ<br>由貴<br>★★             |                                            |                                         |                                              |                                               | 15:45～16:45<br>ビューティーヨガ<br>HARU<br>★                       |           | 16:00 | 16:00～17:00<br>デトックスヨガ<br>Kumiko<br>★★           | 16:30～17:30<br>ヒーリングヨガ<br>TSUBAKI<br>★            |                                         |                                              |                                               | 15:45～16:45<br>ビューティーヨガ<br>HARU<br>★                       |                                       | 16:00～17:00<br>デトックスヨガ<br>Kumiko<br>★★           |                                            | 16:00 |
| 16:30 |                                                | 16:30～17:30<br>ヒーリングヨガ<br>TSUBAKI<br>★     | 16:30～17:15<br>姿勢改善ヨガ<br>EIKA<br>★★     | 16:30～17:30<br>ベーシックヨガ<br>Misato<br>★★       |                                               |                                                            |           | 16:30 |                                                  | 16:30～17:30<br>ヒーリングヨガ<br>TSUBAKI<br>★            | 16:30～17:15<br>姿勢改善ヨガ<br>EIKA<br>★★     | 16:30～17:30<br>ベーシックヨガ<br>Misato<br>★★       |                                               |                                                            |                                       |                                                  | 16:30～17:30<br>ヒーリングヨガ<br>TSUBAKI<br>★     | 16:30 |
| 17:00 |                                                |                                            |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 17:00 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 17:00 |
| 17:30 |                                                |                                            |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 17:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 17:30 |
| 18:00 | 18:00～19:00<br>ビギナーヨガ<br>伊東 尚美<br>★            | 18:00～19:00<br>やさしいパワーヨガ<br>佐々木 茜<br>★★    | 17:45～18:45<br>リラククスヨガ<br>EIKA<br>★     | 18:00～18:45<br>ストレッチングヨガ<br>Misato<br>★      | 18:00～18:45<br>シェイプアップヨガ<br>Eimi<br>★★★       | 18:00～18:45<br>ボディメイクヨガ<br>YUCA<br>★★                      |           | 18:00 | 18:00～19:00<br>ビギナーヨガ<br>伊東 尚美<br>★              | 18:00～19:00<br>やさしいパワーヨガ<br>佐々木 茜<br>★★           | 17:45～18:45<br>リラククスヨガ<br>EIKA<br>★     | 18:00～18:45<br>ストレッチングヨガ<br>Misato<br>★      | 代行                                            | 18:00～18:45<br>シェイプアップヨガ<br>彩夏<br>★★★                      | 18:00～18:45<br>ボディメイクヨガ<br>YUCA<br>★★ | 18:00～19:00<br>ビギナーヨガ<br>伊東 尚美<br>★              | 18:00～19:00<br>やさしいパワーヨガ<br>佐々木 茜<br>★★    | 18:00 |
| 18:30 |                                                |                                            |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 18:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 18:30 |
| 19:00 |                                                |                                            |                                         | ※月ごとに内容変更                                    | ※週ごとに内容変更                                     |                                                            |           | 19:00 |                                                  |                                                   |                                         | ※月ごとに内容変更                                    | ※週ごとに内容変更                                     |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 19:00 |
| 19:30 | 代行                                             |                                            |                                         | 19:15～20:15<br>ヴィンヤサフロー<br>ヨガ<br>HARU<br>★★★ | 19:15～20:15<br>ベーシックヨガ<br>由貴<br>★★            | 19:15～20:15<br>ストレッチングヨガ<br>YUCA<br>★                      |           | 19:30 | 19:30～20:15<br>やさしいフローヨガ<br>Mikako<br>★          | 19:30 閉館                                          | 19:30 閉館                                | 19:15～20:15<br>ヴィンヤサフロー<br>ヨガ<br>HARU<br>★★★ | 19:15～20:15<br>やさしいパワーヨガ<br>由貴<br>★★          | 19:15～20:15<br>ストレッチングヨガ<br>YUCA<br>★                      |                                       | 19:30～20:15<br>やさしいフローヨガ<br>Mikako<br>★          | 19:30 閉館                                   | 19:30 |
| 20:00 |                                                | 19:30 閉館                                   | 19:30 閉館                                |                                              |                                               |                                                            |           | 20:00 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 20:00 |
| 20:30 | 代行                                             |                                            |                                         |                                              |                                               |                                                            |           | 20:30 |                                                  |                                                   |                                         |                                              |                                               |                                                            |                                       |                                                  |                                            | 20:30 |
| 21:00 | 20:45～21:45<br>骨盤コンディショニング<br>ヨガ<br>EIKA<br>★★ |                                            |                                         | 20:45～21:45<br>ヒーリングヨガ<br>AKANE<br>★         | 20:45～21:45<br>リラククスヨガ<br>由貴<br>★             | 20:45～21:45<br>デトックスヨガ<br>Eimi<br>★★                       |           | 21:00 | 20:45～21:45<br>骨盤コンディショニング<br>ヨガ<br>Mikako<br>★★ |                                                   |                                         | 20:45～21:45<br>ヒーリングヨガ<br>AKANE<br>★         | 20:45～21:45<br>リラククスヨガ<br>由貴<br>★             | 20:45～21:45<br>デトックスヨガ<br>Eimi<br>★★                       |                                       | 20:45～21:45<br>骨盤コンディショニング<br>ヨガ<br>Mikako<br>★★ |                                            | 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 閉館                                     | 22:30 閉館                                      | 22:30 閉館                                                   |                                       | 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。

《10月休館日のお知らせ》

【毎週木曜日】

1日(木)・8日(木)・15日(木)  
22日(木)・29日(木)

蒲田店公式SNSはこちら♡



LINE

Instagram