

CALDO FUCHU STUDIO TIMETABLE

カルド府中 7月1日～7月15日 スタジオスケジュール

	7/1(水)	7/2(木)	7/3(金)	7/4(土)	7/5(日)	7/6(月)	7/7(火)	7/8(水)	7/9(木)	7/10(金)	7/11(土)	7/12(日)	7/13(月)	7/14(火)	7/15(水)		
9:00		ゆるホット 9:00～10:00 シェイプアップヨガ Kayo ★★★	休館日	9:00～10:00 ビューティーヨガ はま ★	ゆるホット 9:00～10:00 パワーヨガ うだか ★★★	9:00～10:00 ベーシックヨガ Hazuki ★★		ゆるホット 9:00～10:00 シェイプアップヨガ Kayo ★★★			ゆるホット 9:00～10:00 ビューティーヨガ はま ★	ゆるホット 9:00～10:00 パワーヨガ うだか ★★★			9:00～10:00 ベーシックヨガ Hazuki ★★	9:00	
9:30																	9:30
10:00																	10:00
10:30	10:30～11:30 ピギナーピラティス Kumiko ★	10:30～11:15 やさしい フローヨガ Kayo ★ 温活タイム15分			10:30～11:30 コアトレヨガ IZUMI ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ うだか ★	10:30～11:30 肩こり腰痛改善 ヨガ うだか ★★	10:30～11:30 ピギナーヨガ Yuki ★	10:30～11:30 ピギナーピラティス Kumiko ★	10:30～11:15 やさしい フローヨガ Kayo ★ 温活タイム15分		10:30～11:30 コアトレヨガ IZUMI ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ うだか ★	10:30～11:30 肩こり腰痛改善 ヨガ うだか ★★	10:30～11:30 ピギナーヨガ Yuki ★	10:30～11:30 ピギナーピラティス Kumiko ★	10:30
11:00																	11:00
11:30					温活タイム15分	温活タイム15分						温活タイム15分	温活タイム15分				11:30
12:00								キャンドル使用							キャンドル使用		12:00
12:30	12:15～13:00 ベーシックヨガ Kumiko ★★	12:15～13:15 骨盤コンディショ ニングヨガ khi ★★			12:15～13:15 リラクソスヨガ 貴子 ★	12:15～13:15 ベーシックヨガ Miki ★★	12:15～13:15 ピギナーヨガ 麻生絵美 ★	12:15～13:00 やさしい デトックスヨガ Yuki ★ 温活タイム15分	12:15～13:00 ベーシックヨガ Kumiko ★★	12:15～13:15 骨盤コンディショ ニングヨガ khi ★★		12:15～13:15 リラクソスヨガ 貴子 ★	12:15～13:15 ベーシックヨガ Miki ★★	12:15～13:15 ピギナーヨガ 麻生絵美 ★	12:15～13:00 やさしい デトックスヨガ Yuki ★ 温活タイム15分	12:15～13:00 ベーシックヨガ Kumiko ★★	12:30
13:00	温活タイム15分				温活タイム15分	温活タイム15分						温活タイム15分	温活タイム15分				13:00
13:30								キャンドル使用							キャンドル使用		13:30
14:00	14:00～15:00 ピギナーヨガ Sachi ★	14:00～14:45 ビューティーヨガ khi ★ 温活タイム15分			14:00～15:00 やさしい デトックスヨガ 貴子 ★	14:00～15:00 ピギナーヨガ Miki ★	14:00～15:00 ベーシックヨガ 麻生絵美 ★★	14:00～14:45 リラクソスヨガ 貴子 ★ 温活タイム15分	14:00～15:00 ピギナーヨガ Sachi ★	14:00～14:45 ビューティーヨガ khi ★ 温活タイム15分		14:00～15:00 やさしい デトックスヨガ 貴子 ★	14:00～15:00 ピギナーヨガ Miki ★	14:00～15:00 ベーシックヨガ 麻生絵美 ★★	14:00～14:45 リラクソスヨガ 貴子 ★ 温活タイム15分	14:00～15:00 ピギナーヨガ Sachi ★	14:00
14:30					温活タイム15分	温活タイム15分						温活タイム15分	温活タイム15分				14:30
15:00																	15:00
15:30																	15:30
16:00	15:45～16:45 デトックス ヨガ Harumi ★★	担当者変更 16:15～17:15 ピギナーヨガ Yopico ★		15:45～16:45 フローヨガ RIKA ★★	15:45～16:45 リラクソスヨガ Takako ★	15:45～16:45 ヒーリングヨガ yukari ★	16:15～17:15 ベーシックヨガ あゆみ ★★	15:45～16:45 デトックス ヨガ Harumi ★★	担当者変更 16:15～17:15 ピギナーヨガ 大場恵 ★		15:45～16:45 フローヨガ RIKA ★★	15:45～16:45 リラクソスヨガ Takako ★	15:45～16:45 ヒーリングヨガ yukari ★	16:15～17:15 ベーシックヨガ あゆみ ★★	15:45～16:45 デトックス ヨガ Harumi ★★	16:00	
16:30																16:30	
17:00																17:00	
17:30																17:30	
18:00																18:00	
18:30	ゆるホット 18:20～19:20 フインヤサフローヨガ Harumi ★★★	18:20～19:20 リラクソスヨガ ひかり ★				18:20～19:20 肩こり腰痛改善 ヨガ 大場恵 ★★	18:20～19:20 やさしい デトックスヨガ あゆみ ★	時間の変更 19:00～20:00 ビューティーヨガ khi ★			18:20～19:20 リラクソスヨガ ひかり ★					18:30	
19:00				19:00 閉館	19:00 閉館											19:00	
19:30				【ゆるホット】 通常の温度よりも低い 室温36前後後の環境で行 います。 ★★★のクラス限定です。 この機会に、 チャレンジクラスに 参加してみませんか？												19:30	
20:00	19:45～20:30 ビューティーヨガ khi ★	19:45～20:45 リフレッシュヨガ REIKO ★★				19:45～20:30 ピギナーヨガ 大場恵★	20:00～20:45 ピラティス 福田泰子★★	時間の変更 20:30～21:30 やさしいフローヨガ khi ★★			19:45～20:45 リフレッシュヨガ REIKO ★★					20:00	
20:30																20:30	
21:00	21:00～22:00 デトックスヨガ khi ★★	21:10～21:55 ピギナーヨガ REIKO★				21:00～22:00 リフレッシュヨガ Miki ★★	21:10～21:55 ストレッチングヨガ 福田泰子★				21:00～22:00 リフレッシュヨガ Miki ★★					21:00	
21:30																21:30	
22:00																22:00	
22:30	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40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。
 ※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。
 ※スタジオへのバスケット、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。
 ※温活タイムは、スタジオへ自由に入出可能です。
 ※レッスン中・温活タイム中は、タオルを敷いてご利用下さい。
 ※2026年6月スケジュールから変更した内容を赤字で記載しています。
 ●翌月のスケジュールは、毎月1日に前半(1日～15日)スケジュール、毎月15日に後半(16日～月末)スケジュールを公開予定です。

《休館日のお知らせ》
毎週金曜日

《お手続きの締め日》
 毎月10日
 ※10日が休館日(金曜日)となる場合は、
前日9日までがお手続きの締め日です。
 ※休館日の変更に伴い、
お手続き締め日が変更になります。

