

CALDO KAMEARI STUDIO TIMETABLE  
 カルド亀有 4月1日(水)~4月15日(水) スタジオスケジュール

8:00	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	8:00	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	8:00
	★ 初級	★★ 初中級	★★★ 上級	08:00 OPEN								08:00 OPEN	08:00 OPEN				
8:30				8:30~9:30 やさしい デトックスヨガ HIRONO ★								8:30~9:30 やさしい デトックスヨガ HIRONO ★	8:30~9:30 リフレッシュヨガ key ★★				
9:00	時間のみの表記 :溶岩タイム																
9:30																	
10:00	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00~11:00 ヴィンヤサ フローヨガ HIRONO ★★★		10:00 OPEN	10:00 OPEN		10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00~11:00 ヴィンヤサ フローヨガ HIRONO ★★★	10:00~11:00 ビギナーヨガ 里美 ★	10:00 OPEN	10:00 OPEN		
10:30	10:30~11:30 ピラティス MIHO ★★	10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★	10:45~11:45 コアトレヨガ kanae ★★	11:00~11:30		10:30~11:30 ビュートーヨガ HIRONO ★	10:30~11:30 アロマリフレッシュヨガ key ★★		10:30~11:30 ピラティス MIHO ★★	10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★	10:45~11:45 コアトレヨガ kanae ★★	11:00~11:30	11:00~11:30	10:30~11:30 ビュートーヨガ HIRONO ★	10:30~11:30 アロマリフレッシュヨガ key ★★		
11:00																	
11:30	11:30~12:00					11:30~12:00	11:30~12:00		11:30~12:00					11:30~12:00	11:30~12:00		
12:00																	
12:30	12:30~13:30 リラックスヨガ Mari ★	12:00~13:00 フローヨガ Shuly ★★	11:45~12:30	12:00~13:00 リフレッシュヨガ key ★★		12:30~13:30 ストレッチング ヨガ Sae ★	12:30~13:30 シェイブ アップヨガ nao ★★★		12:30~13:30 リラックスヨガ Mari ★	12:00~13:00 フローヨガ Shuly ★★	11:45~12:30	12:00~13:00 リフレッシュヨガ ヤマダ チアキ ★★	12:00~13:00 KaQiLa UTAKO ★	12:30~13:30 ストレッチング ヨガ Sae ★	12:30~13:30 アップヨガ nao ★★★		
13:00		13:00~13:30	13:00~14:00 ビュートーヨガ Kirana ★	13:00~13:30								13:00~13:30	13:00~13:30				
13:30																	
14:00	14:00~15:00 ベシクヨガ Mari ★★	14:00~15:00 ビギナーヨガ CHIAKI ★	14:30~15:30 ピラティス Kirana ★★	14:00~15:00 ビギナーヨガ maki ★		14:00~15:00 姿勢改善ヨガ Sae ★★	14:00~15:00 やさしい デトックスヨガ らん ★		14:00~15:00 ベシクヨガ Mari ★★	14:00~15:00 ビギナーヨガ CHIAKI ★	14:30~15:30 パワーヨガ Kirana ★★★	14:00~15:00 ビギナーヨガ maki ★	14:00~15:00 コアトレヨガ yu-ki ★★	14:00~15:00 姿勢改善ヨガ Sae ★★	14:00~15:00 デトックスヨガ らん ★		
14:30																	
15:00	15:00~15:30			15:00~16:00		15:00~15:30	15:00~15:30		15:00~15:30			15:00~16:00	15:00~15:30	15:00~15:30	15:00~15:30		
15:30		15:30~16:30 シェイブアップ ヨガ CHIAKI ★★★	16:00~17:00 リラックスヨガ かおる ★														
16:00	16:00~17:00 アロマ ビュートーヨガ あさ美 ★			16:30~17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★		16:00~17:00 ビギナーヨガ 里美 ★	16:00~17:00 ピラティス かおる ★★		16:00~17:00 アロマ ビュートーヨガ あさ美 ★	15:30~16:30 シェイブアップ ヨガ CHIAKI ★★★	16:00~17:00 リラックスヨガ かおる ★	16:30~17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★	16:00~17:00 ビュートーヨガ 石川 梧子	16:00~17:00 ビギナーヨガ 里美 ★	16:00~17:00 ピラティス かおる ★★		
16:30		16:30~17:30															
17:00	17:00~18:00		17:00~18:30			17:00~17:45	17:00~17:45		17:00~18:00					17:00~17:45	17:00~17:45		
17:30																	
18:00		18:00~19:00 リラックスヨガ 開沼 美樹 ★	18:00~18:45 リラックスヨガ yumi ★	18:45~19:00		18:15~19:15 やさしい パワーヨガ ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨガ ★		18:00~19:00 リラックスヨガ 開沼 美樹 ★	18:00~19:00 リラックスヨガ 開沼 美樹 ★	18:00~18:45 リラックスヨガ yumi ★	18:45~19:00	17:30~18:30 ボディコンディショニング ヨガ ★★	18:15~19:15 やさしい パワーヨガ ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨガ ★		
18:30																	
19:00	19:00~20:00 ヒーリングヨガ yumi ★	19:30~20:30 アロマ デトックスヨガ yumi ★★	19:00~20:00 ビギナーヨガ 里美 ★	19:30 閉館		19:45~20:30 デトックスヨガ らん ★★	19:45~20:45 ストレッチ HIRO ★		19:00~20:00 ヒーリングヨガ yumi ★	19:30~20:30 アロマ デトックスヨガ yumi ★★	19:00~20:00 ビギナーヨガ 里美 ★	19:30 閉館	19:45~20:30 デトックスヨガ らん ★★	19:45~20:45 ストレッチ HIRO ★			
19:30																	
20:00			20:00~20:45														
20:30	20:30~21:30 フローヨガ yumi ★★	21:00~22:00 ビュートーヨガ 開沼 美樹 ★							20:30~21:30 フローヨガ yumi ★★	21:00~22:00 ビュートーヨガ 開沼 美樹 ★	20:00~20:45						
21:00																	
21:30	21:30~22:00		21:30 閉館			21:00~22:00 リラックスヨガ らん ★	21:15~22:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★		21:30~22:00		21:30 閉館			21:00~22:00 リラックスヨガ らん ★	21:15~22:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★		
22:00																	
22:30	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		

休館日

休館日

※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。  
 ※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。  
 ※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に途中入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。袋の持ち込みの際は貸出用または条件を満たしたのみ可。

※スタジオ内での私語はご遠慮ください。  
 ※溶岩タイムは、自由に入出力可能ですが、マンリ一会員様に限り、溶岩タイムのみの利用の場合1回分を消化します。ご注意ください。  
 ※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。

《4月休館日のお知らせ》  
 5日(日)・15日(水)  
 25日(土)・30日(木)