

CALDO KAMEARI STUDIO TIMETABLE

カルド亀有 5月1日(金)~5月15日(金) スタジオスケジュール

5月1日(金)		5月2日(土)		5月3日(日・祝)		5月4日(月・祝)		5月5日(火)		5月6日(水・祝)		5月7日(木)		5月8日(金)		5月9日(土)		5月10日(日)		5月11日(月)		5月12日(火)		5月13日(水)		5月14日(木)		5月15日(金)			
08:00		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		08:00 OPEN		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 リラクゼーション ストレッチヨガ 真記子 ★		8:30~9:30 インサイド フローヨガ HIRONO ★2.5		8:00~9:00 ※整理券配布 8:00~		9:00~10:00 自分を慈しむ ハートオブヨガ key ★		8:00~9:00		8:30~9:30 やさしい デトックスヨガ HIRONO ★		8:30~9:30 ベーシックヨガ 真記子 ★★						★ 初級		★★ 初中級		★★★ 上級		時間のみの表記 : 溶岩タイム			
9:00								※要予約 有料レッスン																							
9:30																															
10:00		10:00 OPEN		10:00~11:00 ゆがみ解消 調整ヨガ 真記子 ★★★		10:00~11:00 ゆがみ解消 調整ヨガ 真記子 ★★★		10:00~11:00 ゆがみ解消 調整ヨガ 真記子 ★★★		10:00~11:00 ゆがみ解消 調整ヨガ 真記子 ★★★		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 ストレッチング ヨガ 真記子 ★		10:00 OPEN		10:00 OPEN		10:00 OPEN		10:00 OPEN		10:00 OPEN			
10:30		10:45~11:45 コアトレヨガ kanae ★★		11:00~11:30		11:00~11:30		11:00~12:00		11:30~12:00		10:30~11:30 代調UP!美腸 key ★★		10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★		10:45~11:45 コアトレヨガ kanae ★★		11:00~11:30		11:30~12:00		10:30~11:30 ビューティー ヨガ HIRONO ★		10:30~11:30 アロマ リフレッシュ key ★★		10:30~11:30 ピラティス MIHO ★★		10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★			
11:00																															
11:30																															
12:00		11:45~12:30		12:00~13:00 デトックス 真記子 ★★		12:00~13:00 アロマKaQila UTAKO ★		12:30~13:30 アロマリセット Sae ★		12:30~13:30 リラクゼーション Mari ★		12:00~13:00 フロー Shuly ★★		11:45~12:30		12:00~13:00 KaQila~脂肪 燃焼~ UTAKO ★★		12:00~13:00 KaQila UTAKO ★		12:30~13:30 ストレッチ Sae ★		12:30~13:30 シェイプ アップ nao ★★★		12:30~13:30 リラクゼーション Mari ★		12:00~13:00 フロー Shuly ★★		13:00~13:30			
12:30																															
13:00		13:00~14:00 ビューティー Kirana ★		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30		13:00~13:30			
13:30																															
14:00		14:30~15:30 ピラティス Kirana ★★		14:00~15:00 ピギナー maki ★		14:00~15:00 パワー yu-ki ★★★		14:00~15:00 アウエア Sae ★★		14:00~15:00 ベーシック Mari ★★		14:00~15:00 ピギナー CHIAKI ★		14:30~15:30 パワー Kirana ★★★		14:00~15:00 ピギナー maki ★		14:00~15:00 コア CHIAKI ★★		14:00~15:00 姿勢 Sae ★★		14:00~15:00 やさしい デトックス らん ★		14:00~15:00 ベーシック Mari ★★		14:00~15:00 ピギナー CHIAKI ★		14:00~15:00 ピギナー CHIAKI ★			
14:30																															
15:00		15:00~16:00		15:00~15:30		15:00~15:30		15:00~15:30		15:00~15:30		15:00~15:30		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00		15:00~16:00			
15:30																															
16:00		16:00~17:00 リラクゼーション かおる ★		16:30~17:30 骨盤 yumi ★★		16:00~17:00 ビューティー 石川 悟子 ★		16:00~17:00 ヒーリング 鷺谷 直子 ★		16:00~17:00 アロマ あさ美 ★		15:30~16:30 シェイプ CHIAKI ★★★		16:00~17:00 リラクゼーション かおる ★		16:30~17:30 骨盤 石川 悟子 ★		16:00~17:00 ビューティー 里美 ★		16:00~17:00 ピラティス かおる ★★		16:00~17:00 ピギナー 鷺谷 直子 ★		16:00~17:00 アロマ あさ美 ★		15:30~16:30 シェイプ CHIAKI ★★★		16:00~17:00 ピラティス かおる ★★		16:00~17:00 アロマ あさ美 ★	
16:30																															
17:00		17:00~18:30		17:30~18:30 ボディ 石川 悟子 ★★		17:30~18:30 ボディ 石川 悟子 ★★		17:30~18:30 ボディ 石川 悟子 ★★		17:30~18:30 ボディ 石川 悟子 ★★		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30		17:00~18:30			
17:30																															
18:00		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション 石川 悟子 ★★		18:00~18:45 リラクゼーション 石川 悟子 ★★		18:00~18:45 リラクゼーション 石川 悟子 ★★		18:00~18:45 リラクゼーション 石川 悟子 ★★		18:00~19:00 リラクゼーション yumi ★★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★		18:00~18:45 リラクゼーション yumi ★			
18:30																															
19:00		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		18:45~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★		19:00~20:00 フロー 真記子 ★★			
19:30																															
20:00		20:30~21:30 ヒーリング 真記子 ★		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館			
20:30																															
21:00		21:00~22:00 ヒーリング 真記子 ★		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館			
21:30																															
22:00		21:30~22:00		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館		19:30 閉館			
22:30																															

※整理券はレッスンの開始の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の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もののみ可。

※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
 ※溶岩タイムは、自由に入退室可能ですが、マンズリー会員様に限り、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。

《5月休館日のお知らせ》
 5日(火)・15日(金)
 25日(月)・31日(日)