

# CALDO KAMEARI STUDIO TIMETABLE

## カルド亀有 5月16日(土)～5月31日(日) スタジオスケジュール

	5月16日(土)	5月17日(日)	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)	5月24日(日)	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)	5月31日(日)
8:00	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 リフレッシュヨガ 真記子 ★★		★ 初級	★★ 初中級	★★★ 上級	時間のみの表記 : 溶岩タイム	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 真記子 ★★						8:30～9:30 やさしい デトックスヨガ HIRONO ★	
9:30																
10:00	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	10:00～11:00 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	10:00～11:00 ヴィンヤサ フローヨガ HIRONO ★★★	
10:30			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 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 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	
11:30			11:30～12:00	11:30～12:00	11:30～12:00						11:30～12:00	11:30～12:00				
12:00	12:00～13:00 KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★	12:00～13:00 KaQiLa UTAKO ★				12:00～13:00 フローヨガ Shuly ★★	11:45～12:30	12:00～13:00 KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★	12:00～13:00 KaQiLa UTAKO ★				12:00～13:00 フローヨガ Shuly ★★	11:45～12:30	12:00～13:00 デトックスヨガ 真記子 ★★	
12:30			12:30～13:30 ストレッチング ヨガ Sae ★	12:30～13:30 シェイプ アップヨガ nao ★★★	12:30～13:30 リラクセスヨガ Mari ★			12:30～13:30 シェイプ アップヨガ 真記子 ★★★	12:30～13:30 リラクセスヨガ Mari ★					13:00～14:00 ビューティーヨガ Kirana ★	13:00～13:30	
13:00	13:00～13:30	13:00～13:30				13:00～13:30	13:00～14:00 ビューティーヨガ Kirana ★	13:00～13:30	13:00～13:30						13:00～13:30	
13:30																
14:00	14:00～15:00 ピギナーヨガ maki ★	14:00～15:00 コアトレヨガ CHIAKI ★★	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 ベーシックヨガ Mari ★★	14:00～15:00 ピギナーヨガ CHIAKI ★	14:30～15:30 パローヨガ Kirana ★★★	14:00～15:00 ピギナーヨガ maki ★	14:00～15:00 デトックスヨガ 真記子 ★★		14:00～15:00 やさしい デトックスヨガ らん ★	14:00～15:00 ベーシックヨガ Mari ★★	14:00～15:00 ピギナーヨガ CHIAKI ★	14:30～15:30 ピラティス Kirana ★★	14:00～15:00 ピギナーヨガ maki ★	
14:30																
15:00	15:00～16:00	15:00～15:30	15:00～15:30	15:00～15:30	15:00～15:30			15:00～16:00	15:00～15:30		15:00～15:30	15:00～15:30			15:00～16:00	
15:30						15:30～16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★							15:30～16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★			
16:00		16:00～17:00 ビューティーヨガ ★ 石川 悟子	16:00～17:00 ピギナーヨガ 里美 ★	16:00～17:00 ピラティス かおる ★★	16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ あさ美 ★	16:30～17:30		16:00～17:00 リラクセスヨガ かおる ★	16:00～17:00 ビューティーヨガ 石川 悟子 ★				16:00～17:00 ピラティス かおる ★★	16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ あさ美 ★	16:00～17:00 リラクセスヨガ かおる ★	16:30～17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★
16:30	16:30～17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★							16:30～17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★								
17:00			17:00～17:45	17:00～17:45												
17:30		17:30～18:30 ボディコンディショ ニングヨガ 石川 悟子 ★★														
18:00	18:00～18:45 リラクセスヨガ yumi ★		18:15～19:15 やさしいパローヨガ 鷲谷 直子 ★★	18:15～19:15 ヒーリングヨガ 鷲谷 直子 ★		18:00～19:00 リラクセスヨガ 開沼 美樹 ★		18:00～18:45 リラクセスヨガ yumi ★	18:30～19:00				18:00～19:00 リラクセスヨガ 開沼 美樹 ★		18:00～18:45 リラクセスヨガ yumi ★	
18:30	18:45～19:00	18:30～19:00						18:45～19:00							18:45～19:00	
19:00					19:00～20:00 ヒーリングヨガ yumi ★											
19:30	19:30 閉館	19:30 閉館				19:30～20:30 アロマ デトックスヨガ yumi ★★		19:30 閉館	19:30 閉館						19:30 閉館	
20:00			19:45～20:30 デトックスヨガ らん ★★	19:45～20:45 ストレッチ HIRO ★							19:45～20:45 ストレッチ HIRO ★					
20:30					20:30～21:30 フローヨガ yumi ★★							20:30～21:30 フローヨガ yumi ★★				
21:00			21:00～22:00 リラクセスヨガ らん ★	21:15～22:00 ボディメイクエクサ サイズ HIRO ★★		21:00～22:00 ビューティーヨガ 開沼 美樹 ★							21:00～22:00 ビューティーヨガ 開沼 美樹 ★		21:30～22:00	
21:30					21:30～22:00							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	

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。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、自由に入り出可能ですが、マンスリー会員様に限り、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)