

CALDO KAMEARI STUDIO TIMETABLE

カルド亀有 6月1日(月)～6月15日(月)スタジオスケジュール

| | 6月1日(月) | 6月2日(火) | 6月3日(水) | 6月4日(木) | 6月5日(金) | 6月6日(土) | 6月7日(日) | | 6月8日(月) | 6月9日(火) | 6月10日(水) | 6月11日(木) | 6月12日(金) | 6月13日(土) | 6月14日(日) | 6月15日(月) | |
|-------|------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------|---------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------|-------|
| 8:00 | | | | | | 08:00 OPEN | 08:00 OPEN | 8:00 | | | | | | 08:00 OPEN | 08:00 OPEN | 8:00 | |
| 8:30 | ★ 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 ベーシックヨガ 真記子 ★★ | 8:30 | | | | | | 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 ★★ | 8:30 | |
| 9:00 | | | | | | | | 9:00 | | | | | | | | | |
| 9:30 | | | | | | | | 9:30 | | | | | | | | | |
| 10:00 | 10:00 OPEN ▼6月末まで | 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 | 10:00 OPEN ▼6月末まで | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN ▼6月～時間変更 | 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 | |
| 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 ボディメイクヨガ MIWA ★★ | 10:30～11:30 陰ヨガ Shuly ★ | | 11:00～11:30 | 11:00～11:30 | 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 ★ | 10:30～11:30 コアトレヨガ kanae ★★ | 11:00～11:30 | 11:00～11:30 | 10:30 | |
| 11:00 | | | | | | | | 11:00 | | | | | | | | | |
| 11:30 | 11:30～12:00 | 11:30～12:00 | 11:30～12:00 | | | | | 11:30 | 11:30～12:00 | 11:30～12:00 | 11:30～12:00 | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | 12:00 | | | | | | | | | |
| 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 リラクソスヨガ Mari ★ | 12:00～13:00 フローヨガ Shuly ★★ | | 12:00～13:00 デトックスヨガ 小泉 えつこ ★★ | 12:00～13:00 KaQiLa UTAKO ★ | 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 リラクソスヨガ Mari ★ | 12:00～13:00 フローヨガ Shuly ★★ | 12:00～13:00 ヒーリングヨガ kanae ★ | 12:00～13:00 デトックスヨガ 小泉 えつこ ★★ | 12:00～13:00 KaQiLa UTAKO ★ | 12:30 | |
| 13:00 | | | | 13:00～13:30 | | 13:00～13:30 | 13:00～13:30 | 13:00 | | | | 13:00～13:30 | 13:00～13:30 | 13:00～13:30 | 13:00～13:30 | 13:00～13:30 | |
| 13:30 | | | | | | | | 13:30 | | | | | | | | | |
| 14:00 | 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 ビギナーヨガ CHIAKI ★ | | 14:00～15:00 ビギナーヨガ maki ★ | 14:00～15:00 コアトレヨガ 真記子 ★★ | 14:00 | 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 ビギナーヨガ CHIAKI ★ | 14:00～15:00 デトックスヨガ Kirana ★★ | 14:00～15:00 ビギナーヨガ maki ★ | 14:00～15:00 コアトレヨガ 真記子 ★★ | 14:00 | |
| 14:30 | | | | | | | | 14:30 | | | | | | | | | |
| 15:00 | 15:00～15:30 | 15:00～15:30 | 15:00～15:30 | | | 15:00～16:00 | 15:00～15:30 | 15:00 | 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 | | | | | | | | 15:30 | | | | | | | | | |
| 16:00 | 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 ビューティーヨガ あさ美 ★ | 15:30～16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★ | 休館日 | 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 | 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 ビューティーヨガ あさ美 ★ | 15:30～16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★ | 16:00～17:00 リラクソスヨガ 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 | |
| 16:30 | | | | | | | 16:30～17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★ | | 16:30 | | | | 16:30～17:30 | 16:30～17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★ | 16:30～17:30 ビューティーヨガ 石川 悟子 ★ | 16:30 | |
| 17:00 | 17:00～17:45 | 17:00～17:45 | 17:00～18:00 | | | | | | 17:00 | 17:00～17:45 | 17:00～17:45 | 17:00～18:00 | | | | | 17:00 |
| 17:30 | | | | | | | | | 17:30 | | | | | 17:00～18:30 | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | | | 18:00～18:45 リラクソスヨガ yumi ★ | 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 リラクソスヨガ yumi ★ | 17:30～18:30 ボディコンディショ ニングヨガ 石川 悟子 ★★ | 18:00 |
| 18:30 | 18:15～19:15 やさしい パワーヨガ 鷲谷 直子 ★★ | 18:15～19:15 ヒーリングヨガ 鷲谷 直子 ★ | | 18:00～19:00 リラクソスヨガ 開沼 美樹 ★ | | | 18:45～19:00 | | 18:30 | 18:15～19:15 やさしい パワーヨガ 鷲谷 直子 ★★ | 18:15～19:15 ヒーリングヨガ 鷲谷 直子 ★ | | | | 18:45～19:00 | 18:30～19:00 | 18:30 |
| 19:00 | | | 19:00～20:00 ヒーリングヨガ yumi ★ | | | | | | 19:00 | | | | 19:00～20:00 ヒーリングヨガ yumi ★ | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | 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 | | | | 19:30～20:30 アロマ デトックスヨガ yumi ★★ | 19:00～20:00 フローヨガ 真記子 ★★ | 19:30 閉館 | 19:30 閉館 | 19:30 |
| 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 ★ | | | | | | | 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 ★ | | 19:30～20:30 アロマ デトックスヨガ yumi ★★ | | | | 20:00 |
| 20:30 | | | 20:30～21:30 フローヨガ yumi ★★ | | | | | | 20:30 | | | | 20:30～21:30 フローヨガ yumi ★★ | | | | 20:30 |
| 21:00 | 21:00～22:00 リラクソスヨガ 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 | 21:00～22:00 リラクソスヨガ 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 ★ | 20:30～21:30 ヒーリングヨガ 真記子 ★ | 21:30～22:00 | | 21:00 | |
| 21:30 | | | 21:30～22:00 | | | | | 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 閉館 | 22:30 閉館 | 22:30 | |

※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、自由に出入り可能ですが、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。

《6月休館日のお知らせ》
 5日(金)・15日(月)
 25日(木)・30日(火)