

CALDO KAMEARI STUDIO TIMETABLE
 カルド亀有 7月1日(水)~7月15日(水) スタジオスケジュール

	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)
8:00				08:00 OPEN							08:00 OPEN	08:00 OPEN			
8:30	★ 初級	★★ 初中級		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 真記子 ★★			
9:00	★★★ 上級	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 ワインヤサ フローヨガ HIRONO ★★★		10:00 OPEN comeback!	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00~11:00 ワインヤサ 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	
10:30	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		10:30~11:30 ビューティーヨガ MAYUKA ★	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	10:30~11:30 ビューティーヨガ MAYUKA ★	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		12:00~13:00 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 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	12:30~13:30 リラクセスヨガ Mari ★	13:00~13:30	13:00~13:30	13:00~13:30		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 ★	13:00~13:30	13:00~13:30	13:00~13:30	13:00~13:30	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 ★★★	
13:00															
13:30															
14:00	14:00~15:00 ベーシックヨガ Mari ★★	14:00~15:00 ピギナーヨガ CHIAKI ★	14:00~15:00 デトックスヨガ Kirana ★★	14:00~15:00 ピギナーヨガ 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 ベーシックヨガ Mari ★★	14:00~15:00 ピギナーヨガ CHIAKI ★	14:00~15:00 デトックスヨガ Kirana ★★	14:00~15:00 ピギナーヨガ maki ★	14:00~15:00 ベーシックヨガ michi ★★	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 ★	
14:30															
15:00	15:00~15:30		15:00~15:30	15:00~16:00		15:00~15:30	15:00~15:30	15:00~15:30		15:00~15:30	15:00~16:00	15:00~15:30	15:00~15:30	15:00~15:30	
15:30		15:30~16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★	16:00~17:00 リラクセスヨガ かおる ★			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 ★	15:30~16:30 シェイプアップ ヨガ CHIAKI ★★★	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 ピギナーヨガ 里美 ★	16:00~17:00 ピラティス かおる ★★	
16:00	16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ あさ美 ★	16:30~17:30		16:30~17:30 骨盤コンディ ショニングヨガ yumi ★★		17:00~17:45	17:00~17:45	17:00~18:00							
16:30															
17:00	17:00~18:00		17:00~18:30												
17:30										17:00~18:30					
18:00		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 ★		18:15~19:15 やさしい パワーヨガ 鷺谷 直子 ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨガ 鷺谷 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	18:15~19:15 やさしい パワーヨガ 鷺谷 直子 ★★	18:15~19:15 ヒーリングヨガ 鷺谷 直子 ★
18:30				18:45~19:00											
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 フローヨガ 真記子 ★★	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 フローヨガ 真記子 ★★	19:30 閉館	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															
20:30	20:30~21:30 フローヨガ yumi ★★	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 ★			21:00~22:00 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 ★★	20:30~21:30 フローヨガ yumi ★★	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 ★			21:00~22:00 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															
21:30	21:30~22:00		21:30~22:00					21:30~22:00		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 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	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退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、自由に入出力可能ですが、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。

《7月休館日のお知らせ》
 5日(日)・15日(水)
 25日(土)・31日(金)