

**CALDO HIGASHIKOGANEI STUDIO TIMETABLE**  
**カルド東小金井 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)
9:00															
9:30	9:30～10:30 ヒーリングヨガ 平瀬 友貴 ★	9:30～10:30 リフレッシュヨガ 横山 由樹子 ★★	9:30～10:30 デトックスヨガ エミ ★	9:30～10:30 ベーシックヨガ 藤井 早紀 ★★		9:30～10:30 ボディメイクヨガ SALA ★★	9:30～10:30 ストレッチングヨガ Tomoko ★	9:30～10:30 ヒーリングヨガ 平瀬 友貴 ★	9:30～10:30 リフレッシュヨガ 横山 由樹子 ★★	9:30～10:30 デトックスヨガ エミ ★	9:30～10:30 ベーシックヨガ 藤井 早紀 ★★	9:30～10:30 ビューティーヨガ 久美子 ★	9:30～10:30 ボディメイクヨガ SALA ★★	9:30～10:30 ストレッチングヨガ Tomoko ★	
10:00															
10:30	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40		10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～11:00	10:30～10:40	10:30～10:40	
11:00	11:00～11:45 ヴィンヤサヨガ 平瀬 友貴 ★★★	11:00～12:00 除ヨガ 横山 由樹子 ★	11:00～11:45 姿勢改善ヨガ エミ ★★	11:00～12:00 アロマ やさしいデトックスヨガ 藤井 早紀 ★		11:00～12:00 アロマ リラクゼーション SALA ★	11:00～12:00 コアトレヨガ Tomoko ★★	11:00～11:45 ヴィンヤサヨガ 平瀬 友貴 ★★★	11:00～12:00 除ヨガ 横山 由樹子 ★	11:00～11:45 姿勢改善ヨガ エミ ★★	11:00～12:00 アロマ やさしいデトックスヨガ 藤井 早紀 ★		11:00～12:00 アロマ リラクゼーション SALA ★	11:00～12:00 コアトレヨガ Tomoko ★★	
11:30															
12:00	11:45～13:15	12:00～13:15	11:45～13:15	12:00～13:15		12:00～12:30	12:00～12:10	11:45～13:15	12:00～13:15	11:45～13:15	12:00～13:15	12:00～13:00 フローヨガ harue ★★	12:00～12:30	12:00～12:10	
12:30															
13:00															
13:30															
14:00	14:00～15:00 ビューティーヨガ amina ★	14:00～15:00 デトックスヨガ MIYUKI ★★	14:00～15:00 アロマ ストレッチングヨガ 加藤 絵美 ★			14:00～15:00 ビギナーヨガ 藤井 早紀 ★	14:00～14:45 パワーヨガ RIKA ★★★	14:00～15:00 ビューティーヨガ amina ★	14:00～15:00 デトックスヨガ MIYUKI ★★	14:00～15:00 アロマ ストレッチングヨガ 加藤 絵美 ★			14:00～15:00 ビギナーヨガ 藤井 早紀 ★	14:00～14:45 パワーヨガ RIKA ★★★	
14:30															
15:00	15:00～15:10	15:00～15:10	15:00～15:10			15:00～15:30	14:45～15:30	15:00～15:10	15:00～15:10	15:00～15:10		14:30～15:30 コアトレヨガ 高橋 万里子 ★★	15:00～15:30	14:45～15:30	
15:30															
16:00															
16:30	16:30～17:30 骨盤 コンディショニング ヨガ amina ★★	クローズ	クローズ	15:30～16:30 デトックスヨガ Megumi ★★					クローズ	クローズ	15:30～16:30 デトックスヨガ Megumi ★★			16:00～17:00 やさしいパワーヨガ Erika ★★	16:00～17:00 やさしい デトックスヨガ emiko ★
17:00				16:30～17:15										17:00～17:10	17:00～17:10
17:30	17:30～17:40														
18:00															
18:30	18:30～19:30 肩こり・腰痛改善 ヨガ RIKA ★★	18:00～19:00 ベーシックヨガ 麻生 絵美 ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yuki ★	18:30～19:30 ストレッチング ヨガ うだか ★		17:30～18:30 ベーシックヨガ Erika ★	17:30～18:30 ベーシックヨガ emiko ★★	18:30～19:30 肩こり・腰痛改善 ヨガ RIKA ★★	18:00～19:00 ベーシックヨガ 麻生 絵美 ★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yuki ★	18:30～19:30 ストレッチング ヨガ うだか ★	18:00～19:00 パワーヨガ 高橋 万里子 ★★★	18:30～19:00	18:30～19:00	
19:00															
19:30	19:30～19:40			19:30～19:40		19:30 閉館	19:30 閉館	19:30～19:40	19:30～19:40	19:30～19:40	19:30～19:40	19:30～19:40	19:30 閉館	19:30 閉館	
20:00	20:00～20:45 除ヨガ RIKA ★	19:30～20:30 やさしいフローヨガ 麻生 絵美 ★	19:30～20:30 ヴィンヤサヨガ うだか ★★★	20:00～21:00 フローヨガ うだか ★★				20:00～20:45 除ヨガ RIKA ★	19:30～20:30 やさしいフローヨガ 麻生 絵美 ★	19:30～20:30 ヴィンヤサヨガ うだか ★★★	20:00～21:00 フローヨガ うだか ★★	19:30～20:30 リラクゼーション 高橋 万里子 ★			
20:30															
21:00															
21:30	21:30 閉館	21:00～21:45 やさしいパワーヨガ kumi ★★	21:00～22:00 ヒーリングヨガ うだか ★	21:30 閉館				21:30 閉館	21:00～21:45 やさしいパワーヨガ kumi ★★	21:00～22:00 ヒーリングヨガ うだか ★	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館		
22:00															
22:30		22:30 閉館	22:30 閉館						22:30 閉館	22:30 閉館					

**休館日**

**休館日**

- ※全てのレッスンは定員44名です。
- ※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。
- ※整理券はなくなり次第、配布終了となりますので、予めご了承ください。
- ※同日2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。
- ※スタジオ入室時間はスタジオ消毒・清掃の関係で10分～15分前となっております。
- ※レッスン開始後の途中入室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に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。携帯電話や貴重品はロッカーにお入れください。
- ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
- ※溶岩タイムはご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入出可能です。マンスリー4名様のみ、入館回数にご注意ください。
- ※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。
- ※スタジオからご退出の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。

カルド東小金井  
公式LINE



《6月休館日のお知らせ》

- 5日(金) ●15日(月)
- 25日(木) ●30日(火)