

CALDO KIYOSE STUDIO TIMETABLE
カルド清瀬 4月16日～29日スタジオスケジュール

							祝日プログラム						
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
4/16	4/17	4/18	4/19	4/20	4/21	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27	4/28	4/29
8:30 フロントノースタッフ 12:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～9:30 リフレッシュヨガ amina ★★	8:30～9:30 モーニングヨガ MIO ★	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30		8:30～9:30 モーニングヨガ MIO ★	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～14:30 16:30～17:30	8:30～9:30 朝のリフレッシュヨガ さおり ★★
10:00～11:00 フローヨガ 大場 恵 ★★	10:00～11:00 ピギナーヨガ ASUKA ★	10:00～11:00 ビューティーヨガ amina ★	10:00～11:00 ラインヤサ フローヨガ MIO ★★★	10:00～11:00 やさしい デトックスヨガ きら ゆうこ ★	10:00～11:00 ピギナーピラティス Tamaki ★	10:00～11:00 姿勢改善ヨガ 内田 あつこ ★★	10:00～11:00 フローヨガ 大場 恵 ★★	10:00～11:00 ピギナーヨガ ASUKA ★		10:00～11:00 ラインヤサ フローヨガ MIO ★★★	10:00～11:00 やさしい デトックスヨガ きら ゆうこ ★	10:00～11:00 ピギナーピラティス Tamaki ★	10:00～11:00 首肩スッキリ デコルテ美人ヨガ さおり ★
11:30～12:30 ビューティーヨガ 大場 恵 ★	12:00～13:00 コアレヨガ ASUKA ★★	11:30～12:30 シェイプアップヨガ masayo ★★★	12:00～13:00 ピギナーピラティス 志賀 教子 ★	11:30～12:30 骨盤ヨガ(アウエー)ヨガ きら ゆうこ ★★	11:30～12:30 パワーヨガ Tamaki ★★★	12:00～13:00 ピギナーヨガ 内田 あつこ ★	11:30～12:30 ビューティーヨガ 大場 恵 ★	12:00～13:00 コアレヨガ ASUKA ★★		12:00～13:00 ピギナーピラティス 志賀 教子 ★	11:30～12:30 骨盤ヨガ(アウエー)ヨガ きら ゆうこ ★★	11:30～12:30 パワーヨガ Tamaki ★★★	12:00～13:00 運動神経 シェイプアップヨガ 久美子 ★★★
				※お時間にご注意ください							※お時間にご注意ください		※お時間にご注意ください
		14:00～15:00 やさしいフローヨガ MARI ★	14:00～15:00 アロマ デトックスヨガ 遊部 みゆち ★★	13:30～14:15 ビューティーヨガ 越 奏子 ★							13:30～14:15 ピギナーヨガ yuuka ★		13:30～14:30 アロマリラックスヨガ 久美子 ★
15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ MIO ★	15:00～16:00 アロマ リラックスヨガ くるみ ★	15:30～16:30 ボディメイク MARI ★★		15:00～16:00 ボディメイク Hiroko ★★	15:00～16:00 ストレッチングヨガ 久美子 ★		15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ MIO ★	15:00～16:00 アロマ リラックスヨガ くるみ ★			15:00～16:00 ボディメイク Hiroko ★★	15:00～16:00 ストレッチングヨガ 久美子 ★	15:00～16:00 グラウディングヨガ Miwako ★★
				※お時間にご注意ください									※お時間にご注意ください
						16:00～17:00 ボディメイク ピラティス 久美子 ★★							16:00～17:00 リラクゼーション 久美子 ★
													※お時間にご注意ください
		17:30～18:30 ヒーリングヨガ ミヤコ ★	17:30～18:30 ウーメンライフヨガ masayo ★★	※お時間にご注意ください									17:00～18:00 経絡ヨガ Miwako ★
18:00～19:00 冷えむくみ改善ヨガ ミヤコ ★★	18:30～19:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ 美鈴 ★★	19:00 閉館	19:00 閉館	18:30～19:30 ピラティス masayo ★★	18:30～19:30 アロマ ビューティーヨガ Megumi ★	18:00～19:00 ビューティーヨガ Miwako ★	18:00～19:00 冷えむくみ改善ヨガ ミヤコ ★★	18:30～19:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ 美鈴 ★★		19:00 閉館	18:30～19:30 ピラティス masayo ★★	18:30～19:30 アロマ ビューティーヨガ Megumi ★	19:00 閉館
				※お時間にご注意ください									※お時間にご注意ください
						19:30～20:30 ラインヤサ フローヨガ MIO ★★★	19:30～20:30 アロマ リラックスヨガ ミヤコ ★						20:00～21:00 ピギナーピラティス 美鈴 ★
													20:00～21:00 腰痛 masayo ★
													20:00～21:00 デトックスヨガ Megumi ★★
※お時間にご注意ください				※お時間にご注意ください									※お時間にご注意ください
21:15～22:00 ベシクヨガ Tenn. ★★	21:30 閉館			21:30 閉館	21:30 閉館	21:00～22:00 ストレッチングヨガ MIO ★	※お時間にご注意ください						21:30 閉館
													21:30 閉館
22:30 閉館						22:30 閉館							22:30 閉館

休館日

※レッスンは整理券制で定員43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いたします。
 ※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。
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
 ※レッスン開始後の途中入室はお待ちしております。
 ※レッスン開始後の途中入室はお待ちしております。
 ※同日2本目のレッスンはプラチナ会員は無料、その他会員は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。
 ※フロントノースタッフアワーは商品購入・緊急時対応のみとなり、手続き(退会・休会)受付はできません。
 種別変更・オプション追加・解約はマイページより可能です。

《4月休館日のお知らせ》
 5日(日) 15日(水)
 25日(土) 30日(木)

