

# CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE

## カルド鶴見 3月スタジオスケジュール

★ 初級	★★ 中級	★★★ 上級	★★★★ 特別枠	アロマ使用	月	火	水	木	金	土	日
					10:00~11:00 アロマ ヒーリングヨガ 彩夏 ★	10:00~11:00 デトックスヨガ Yoshino ★★	10:00~11:00 パワーヨガ AI ★★★ ゆる	10:00~11:00 ボディメイク エクササイズ 椿 えり子 ★★	10:00~10:45 リフレッシュヨガ45 Misato ★★	10:00~11:00 パワーヨガ hiro ★★★ ゆる	10:00~11:00 ストレッチングヨガ Eimi ★
					11:30~12:15 フローヨガ45 彩夏 ★★	11:00~12:30 温活タイム	11:00~11:30 温活タイム	11:00~12:00 温活タイム	11:15~12:15 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる	11:30~12:30 ビギナーヨガ yuri ★	11:30~12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる
					13:00~14:00 シェイプアップ ヨガ Misato ★★★ ゆる	13:00~14:00 ベーシックヨガ yuri ★★	12:00~13:00 ビューティーヨガ Tomoko ★	12:30~13:30 アロマ リラックスヨガ 伊東 尚美 ★	12:15~13:00 温活タイム	12:30~13:30 温活タイム	12:30~13:30 温活タイム
					14:00~15:30 温活タイム	14:00~15:30 温活タイム	13:00~14:30 温活タイム	13:30~15:30 アロマ温活タイム	13:30~14:30 ビギナーヨガ 貴子 ★	14:00~15:00 リラックスヨガ eri ★	14:00~14:45 姿勢改善ヨガ45 HARU ★★ ゆる
					16:00~17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★	16:00~17:00 リラックスヨガ 星野 ゆり ★	15:00~16:00 骨盤コンディショニング ヨガ 伊東 尚美 ★★	16:00~17:00 ヴィンヤサ フローヨガ HARU ★★★ ゆる	15:00~15:45 ボディコンディショニング ヨガ45 貴子 ★★ ゆる	15:30~16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★ ゆる	15:15~16:15 ビューティーヨガ HARU ★
					18:30~19:15 ビギナーヨガ45 星野 ゆり ★	18:30~19:30 リフレッシュヨガ asami ★★	16:00~17:00 温活タイム	18:30~19:15 ストレッチング ヨガ45 eri ★	15:45~17:00 温活タイム	17:00~17:45 アロマリラックス ヨガ45 Misato ★	16:45~17:45 ベーシックヨガ 芝崎 知花子 ★★ ゆる
					19:45~20:45 ベーシックヨガ 星野 ゆり ★★ ゆる	20:00~20:45 やさしい フローヨガ45 Eimi ★	20:00~20:45 アロマリラックス ヨガ45 hiro ★	19:45~20:45 フローヨガ eri ★★ ゆる	19:45~20:45 ヒーリングヨガ しずか ★	18:15~19:15 ヴィンヤサ フローヨガ asami ★★★ ゆる	18:15~19:00 リラックスヨガ45 芝崎 知花子 ★
					21:15~22:15 リフレッシュヨガ Tomomi ★★ ゆる	21:15~22:15 ヴィンヤサ フローヨガ Eimi ★★★	21:15~22:15 ボディメイクヨガ 彩夏 ★★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ 佐々木 茜 ★	21:15~22:15 骨盤調整ヨガ 南月 佳夏 ★★ ゆる	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>◇ 営業時間 ◇</p> <p>平日   9:30-23:00 土日祝   9:30-20:00 ※各種お手続きは営業時間終了の 1時間前までです。</p> <p>◇ 休館日 ◇</p> <p>6日・16日・26日・月末最終日</p> </div>	

### 【レッスン参加について】

- 整理券はレッスン開始の30分～5分前迄の配布です。
- お時間に余裕をもってご来館ください。
- 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)です。
- 衛生管理上、レッスン受講時はタオルを敷いてご参加下さい。

### 【スタジオ利用のNG事項】

- ジムエリアで使うシューズの持込みや、ビニール袋等音の鳴る袋の持込み
- 携帯電話やスマートフォン、貴重品の持込み
- 体調不良時以外の途中入退室(シャワーの場所取り等)
- スタジオ内での私語
- ※他のお客様の迷惑と判断した場合、途中退出して頂く場合もございます。
- 待機中、スタジオ前での私語もお控え下さい。



