

CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE カルド鶴見 4月17～30日スタジオスケジュール

	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
9:00													
9:30													
10:00	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 ストレッチヨガ Emi ★	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 橋 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 アロマ ヒーリングヨガ 彩夏 ★	10:00～11:00 デトックスヨガ Yoshino ★★		
10:30													
11:00													
11:30	11:15～12:15 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる	11:30～12:30 ピギナーヨガ yuri ★	11:30～12:30 パワーヨガ Emi ★★★ ゆる	11:30～12:15 フローヨガ45 彩夏 ★★	11:00～12:30 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 ピギナーヨガ yuri ★	11:30～12:15 フローヨガ45 彩夏 ★★	11:00～12:30 温活タイム		
12:00													
12:30	12:15～13:00 温活タイム							12:15～13:00 温活タイム					
13:00	IR変更	12:30～13:30 温活タイム	12:30～13:30 温活タイム						12:30～13:30 温活タイム				
13:30	13:30～14:30 ピギナーヨガ Yopico ★			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 ★★			IR変更		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 ★★		
14:00		14:00～15:00 リラクソヨガ eri ★	14:00～14:45 姿勢改善ヨガ45 HARU ★★★ ゆる					13:30～14:30 ピギナーヨガ YUMIKO ★	14:00～15:00 リラクソヨガ eri ★		14:00～15:30 温活タイム		
14:30	IR変更			14:00～15:30 温活タイム	14:00～15:30 温活タイム					14:00～15:30 温活タイム			
15:00	15:00～15:45 やさしい パワーヨガ45 Yopico ★★★ ゆる					15:00～16:00 骨盤コンディショニング ヨガ 伊東 尚美 ★★		15:00～15:45 コアヨガ45 YUMIKO ★★★ ゆる					
15:30		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 ★						15:30～16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★★ ゆる				
16:00	15:45～17:00 温活タイム			16:00～17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★	16:00～17:00 リラクソヨガ 星野 ゆり ★	16:00～17:00 温活タイム	16:00～17:00 ヴィンヤサ フローヨガ HARU ★★★ ゆる	15:45～17:00 温活タイム		16:00～17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★	16:00～17:00 リラクソヨガ 星野 ゆり ★		
16:30													
17:00		17:00～17:45 アロマリラクソ ヨガ45 Misato ★	16:45～17:45 ベーシックヨガ 芝崎 知花子 ★★★ ゆる						17:00～17:45 アロマリラクソ ヨガ45 Misato ★				
17:30													
18:00													
18:30	18:30～19:15 デトックスヨガ45 しずか ★★★ ゆる	18:15～19:15 ヴィンヤサ フローヨガ asami ★★★ ゆる	18:15～19:00 リラクソヨガ45 芝崎 知花子 ★	18:30～19:15 ピギナーヨガ45 星野 ゆり ★	18:30～19:30 リフレッシュヨガ asami ★★	18:30～19:30 シェイプアップ ヨガ hiro ★★★ ゆる	18:30～19:15 ストレッチ ヨガ45 eri ★	18:30～19:15 デトックスヨガ45 しずか ★★★ ゆる	18:15～19:15 ヴィンヤサ フローヨガ asami ★★★ ゆる	18:30～19:15 ピギナーヨガ45 星野 ゆり ★	18:30～19:30 リフレッシュヨガ asami ★★		
19:00													
19:30		20:00 閉館	20:00 閉館						20:00 閉館				
20:00	19:45～20:45 ヒーリングヨガ しずか ★			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 Emi ★	20:00～20:45 アロマリラクソ ヨガ45 hiro ★	19:45～20:45 ヒーリングヨガ eri ★★★ ゆる	19:45～20:45 ヒーリングヨガ しずか ★		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 Emi ★		
20:30													
21:00													
21:30	21:15～22:15 骨盤調整ヨガ 南月 佳夏 ★★★ ゆる			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 Emi ★★★	21:15～22:15 ボディメイク ヨガ 彩夏 ★★	21:15～22:15 ヴィンヤサ フローヨガ 彩夏 ★★	21:15～22:15 骨盤調整ヨガ 南月 佳夏 ★★★ ゆる		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 Emi ★★★		
22:00													
22:30													
23:00	23:00 閉館			23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館		23:00 閉館	23:00 閉館		

GW特別プログラムと
なります♪
別紙のスケジュールを
ご覧ください。

※レッスンは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。

※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。

※スタジオ入室時間はスタジオ消毒・清掃の関係でレッスン開始15分前となっております。

※整理券はレッスンの開始の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。

※スタジオ内での私語はご遠慮ください。尚、スタジオ前での私語もお控え下さい。

※全てのレッスンは定員40名です。

※バスタオルを敷いてご利用下さい。

休館日：毎月6の付く日/月末最終日