CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE
カルド鶴見 12月1～15日スタジオスケジュール

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)
10:00～11:00 冷えむくみ 改善ヨガ 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 ★★	休館日	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 ★	10:00～11:00 アロマ リラックスヨガ 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		11:30～12:30 ビギナーヨガ yuri ★	11:30～12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ 彩夏 ★★
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 ★		12:30～13:30 温活タイム	12:30～13:30 温活タイム	13:00～14:00 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる
14:00～15:30 温活タイム	13:00～14:30 温活タイム	14:00～14:45 Beat Shape 荒井 秀一 ★★ ゆる		14:00～15:00 リラックスヨガ eri ★	カテゴリ変更 14:00～14:45 コアトレヨガ45 HARU ★★ ゆる	14:00～15:30 温活タイム
	15:00～16:00 骨盤コンディショニング ヨガ 伊東 尚美 ★★			15:30～16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★ ゆる	カテゴリ変更 15:15～16:15 やさしい デトックスヨガ HARU ★	
16:00～17:00 リラックスヨガ 星野 ゆり ★	16:00～17:00 温活タイム	カテゴリ変更 16:00～17:00 ヴィンヤサ フローヨガ HARU ★★★ ゆる		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	16:00～17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★
18:30～19:30 リフレッシュヨガ asami ★★	18:30～19:30 デトックスヨガ hiro ★★ ゆる	18:30～19:15 ストレッチング ヨガ45 eri ★		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 ★	18:30～19:15 ビギナーヨガ45 星野 ゆり ★
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		20:00 閉館	20:00 閉館	19:45～20:45 ベーシックヨガ 星野 ゆり ★★ ゆる
21:15～22:15 ヴィンヤサ フローヨガ Eimi ★★★	21:15～22:15 やさしい パワーヨガ ★★ RYOKO	21:15～22:15 やさしい デトックスヨガ 佐々木 茜 ★				21:15～22:15 リフレッシュヨガ Tomomi ★★ ゆる
23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館				23:00 閉館

※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*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。

CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE
カルド鶴見 12月1～15日スタジオスケジュール

8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)
10:00～11:00 冷えむくみ 改善ヨガ 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 ★★	休館日	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 ★	10:00～11:00 アロマ リラックスヨガ 彩夏 ★	10:00～11:00 冷えむくみ 改善ヨガ Yoshino ★★
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		11:30～12:30 ビギナーヨガ yuri ★	11:30～12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ 彩夏 ★★	11:00～12:30 温活タイム
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 ★		12:30～13:30 温活タイム	12:30～13:30 温活タイム	13:00～14:00 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる	13:00～14:00 ベーシックヨガ yuri ★★
14:00～15:30 温活タイム	13:00～14:30 温活タイム	14:00～14:45 Beat Shape 荒井 秀一 ★★ ゆる		14:00～15:00 リラックスヨガ eri ★	カテゴリ・IR変更 14:00～14:45 コアトレヨガ45 彩夏 ★★ ゆる	14:00～15:30 温活タイム	14:00～15:30 温活タイム
	15:00～16:00 骨盤コンディショニング ヨガ 伊東 尚美 ★★	カテゴリ変更		15:30～16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★ ゆる	カテゴリ・IR変更 15:15～16:15 やさしい デトックスヨガ 彩夏 ★		
16:00～17:00 リラックスヨガ 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		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	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 ★
18:30～19:30 リフレッシュヨガ asami ★★	18:30～19:30 デトックスヨガ hiro ★★ ゆる	18:30～19:15 ストレッチング ヨガ45 eri ★		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 ★	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 ★★
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		20:00 閉館	20:00 閉館	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 ★
21:15～22:15 ヴィンヤサ フローヨガ Eimi ★★★	21:15～22:15 やさしい パワーヨガ ★★ RYOKO	21:15～22:15 やさしい デトックスヨガ 佐々木 茜 ★				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 ★★★
23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館				23:00 閉館	23:00 閉館

※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。
※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50名です。

※バスタオルを敷いてご利用下さい。

休館日:毎週金曜日