

CALDO SAGAMIONO STUDIO TIMETABLE

カルド相模大野 5月23日(土)～5月30日(土) スタジオスケジュール

	5月23日(土)	5月24日(日)	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)		
	5月6月限定!!		休館日					5月6月限定!!	
9:00	09:00～10:00 ビギナーヨガ aki ★	09:00～10:00 ベーシックヨガ Michie ★★			09:30～10:30 骨盤 コンディショニングヨガ chihiro ★★	09:30～10:30 ビューティーヨガ Shige ★	09:30～10:30 やさしい パワーヨガ aki ★★	09:30～10:30 ピラティス IZUMI ★★	9:00
9:30									9:30
10:00	5月6月限定!!								5月6月限定!!
10:30	10:30～11:30 リフレッシュヨガ aki ★★	10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ hiro ★			11:00～12:00 ビギナーヨガ chihiro ★	11:00～12:00 ボディメイクヨガ Shige ★★	11:00～12:00 リラクソスヨガ aki ★	11:00～12:00 ストレッチングヨガ IZUMI ★	10:30
11:00									11:00
11:30									11:30
12:00									12:00
12:30									12:30
13:00	13:00～14:00 陰ヨガ 浦田 めぐみ ★	13:00～14:00 パワーヨガ 恵梨華 ★★★			13:30～14:30 ビューティーヨガ Mari ★	13:30～14:30 リフレッシュヨガ mayu ★★	13:30～14:30 姿勢改善ヨガ Akari ★★	13:30～14:30 やさしい デトックスヨガ Harumi ★	13:00
13:30									13:30
14:00									14:00
14:30									14:30
15:00	15:00～16:00 ボディメイクヨガ 優佳 ★★	14:45～15:45 リラクソスヨガ 恵梨華 ★			15:15～16:15 デトックスヨガ Asami ★★	15:15～16:15 ビューティーヨガ mayu ★	15:15～16:15 やさしい フローヨガ Akari ★	15:15～16:15 アナトミック 骨盤ヨガ Harumi ★★	15:00
15:30									15:30
16:00									16:00
16:30	16:30～17:30 やさしい フローヨガ 優佳 ★	16:30～17:30 リフレッシュヨガ Mayu ★★							16:30
17:00									17:00
17:30									17:30
18:00	18:00～19:00 ピラティス IZUMI ★★	18:00～19:00 ヒーリングヨガ Mayu ★			18:00～19:00 ヴィンヤサ フローヨガ Fujio ★★★	18:00～19:00 ストレッチングヨガ Mari ★			18:00
18:30									18:30
19:00							18:45～19:45 ボディメイクヨガ mayuko ★★	18:45～19:45 リラクソスヨガ Akari ★	19:00
19:30					19:30～20:30 やさしい デトックスヨガ Fujio ★	19:30～20:30 ビューティーヨガ しずか ★			19:30
20:00	20:00 閉館	20:00 閉館							20:00 閉館
20:30						20:30～21:30 ヒーリングヨガ mayuko ★	20:30～21:30 ボディコンディショ ニングヨガ Akari ★★	20:30	
21:00					21:00～22:00 姿勢改善ヨガ しずか ★★			21:00	
21:30								21:30	
22:00								22:00	
22:30			22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30	

- ※全てのレッスンは定員40名です。
- ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
- ※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本目のレッスンは1,980円(税込)、時間外利用料は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15分前となっております。
- ※インストラクターの体調不良や交通機関の影響等により休講になる場合がございます。
- ※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や私用による途中退室はご遠慮ください。
- ※スタジオへのパスタール、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。

