

CALDO SAGAMIONO STUDIO TIMETABLE

カルド相模大野 6月1日(月)～6月7日(日) スタジオスケジュール

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
	HOT	HOT	HOT	HOT	HOT	HOT	HOT
9:00					休館日	6月限定!!	
9:30	09:30～10:30 ストレッチングヨガ YUKIE ★	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 ★★		09:00～10:00 ビギナーヨガ aki ★	09:00～10:00 ベーシックヨガ Michie ★★
10:00						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	11:00～12:00 パワーヨガ YUKIE ★★★	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 リラックスヨガ aki ★			
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30			アロマ使用	↓お貸出します★ テニスボール使用			
13:30	13:30～14:30 やさしいフローヨガ MIHO ★	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 ★★		13:00～14:00 陰ヨガ 浦田 めぐみ ★	13:00～14:00 パワーヨガ 恵梨華 ★★★
14:00							
14:30							
15:00		プラネタリウム使用					
15:00	15:15～16:15 肩こり・腰痛 改善ヨガ MIHO ★★	15:15～16:15 デトックスヨガ Asami ★★	15:15～16:15 ビギナーヨガ mayu ★	15:15～16:15 やさしい フローヨガ Akari ★		15:00～16:00 ボディメイクヨガ 優佳 ★★	14:45～15:45 リラックスヨガ 恵梨華 ★
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	18:00～19:00 リラックスヨガ Mayu ★	18:00～19:00 ワインヤサ フローヨガ Fujio ★★★	18:00～19:00 ストレッチングヨガ Mari ★		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 ★★	
18:30							
19:00				18:45～19:45 ボディメイクヨガ mayuko ★★			
19:30	19:30～20:30 やさしい パワーヨガ MAMIE ★★	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 ★				
20:00							
20:30							
21:00	21:00～22:00 ビギナーヨガ MAMIE ★		21:00～22:00 姿勢改善ヨガ しずか ★★	20:30～21:30 ヒーリングヨガ mayuko ★			
21:30							
22:00							
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館			
						20:00 閉館	20:00 閉館

<p>《営業時間》 平日 9:00～22:30 土・日・祝 8:30～20:00 ※お手続きは閉館の1時間前まで</p>	<p>全クラス 室温40℃ 湿度55% 入門:★ どなたでも安心 初中級:★★ 初めての方も可 上級:★★★ 上級者向け</p>	<p style="color: red;">《6月休館日のお知らせ》 ▼5日(金)▼15日(月) ▼25日(木)▼30日(火)</p>
--	--	--