

CALDO TOTSUKA STUDIO TIMETABLE ①

9:00 開館	10:00 開館	9:00 開館	10:00 開館
9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)
9:30～10:30 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★		9:30～10:30 リフレッシュヨガ 築地サヤカ ★★	
	10:30～11:30 フローヨガ 星野ゆり ★★		10:30～11:15 やさしいデトックスヨガ Eimi ★
11:00～11:45 ベーシックヨガ TSUBAKI ★★		11:00～12:00 ビューティーヨガ Tomoko ★	
11:45～12:00			11:45～12:45 ボディメイクヨガ Eimi ★★
	12:00～13:00 ビギナーヨガ 星野ゆり ★	12:30～13:30 デトックスヨガ Tomoko ★★	12:45～13:00
12:30～13:30 リラックスヨガ hiro ★	13:00～13:15		
		13:30～13:45	13:30～14:30 ビューティーヨガ Yoshino ★
14:00～15:00 ビューティーヨガ mayu ★	13:45～14:45 ベーシックヨガ AYUMI ★★	14:15～15:15 ビギナーヨガ Satsuki ★	
	14:45～15:00		15:00～16:00 デトックスヨガ Yoshino ★★
15:30～16:15 デトックスヨガ mayu ★★	15:30～16:30 リラックスヨガ Anna ★	内容変更 15:45～16:30 ピラティス Satsuki ★★	スタジオ開放 16:00～17:15
スタジオ開放 16:15～18:15	スタジオ開放 16:30～17:15	スタジオ開放 16:30～17:45	
	17:45～18:30 やさしいデトックスヨガ 相田千也子 ★		17:45～18:45 リラックスヨガ reiko ★
18:45～19:45 やさしいフローヨガ kenya ★	19:00～20:00 骨盤 コンディショニングヨガ 相田千也子 ★★	18:15～19:15 フローヨガ minemo ★★	19:15～20:00 パワーヨガ IZUMI ★★★
20:15～21:15 ボディメイクヨガ ゆき ★★	20:30～21:30 ビューティーヨガ Tomomi ★	19:45～20:45 リラックスヨガ minemo ★	20:30～21:30 リフレッシュヨガ IZUMI ★★
21:15～21:30		スタジオ開放 20:45～21:30	
22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館

休館日

CALDO TOTSUKA STUDIO TIMETABLE ②

10:00 開館	9:00 開館	10:00 開館	9:00 開館	9:00 開館	10:00 開館	休館日
9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)
	9:30～10:30 リフレッシュヨガ 築地サヤカ ★★		9:30～10:30 ビューティーヨガ Fujio ★	9:30～10:30 コアトレヨガ IZUMI ★★		休館日
10:30～11:30 フローヨガ 星野ゆり ★★		10:30～11:15 やさしいデトックスヨガ Eimi ★			10:30～11:30 ビギナーヨガ mayu ★	
	11:00～12:00 ビューティーヨガ Tomoko ★		11:00～12:00 ヴィンヤサフローヨガ Fujio ★★★	11:00～12:00 リラックスヨガ IZUMI ★		
12:00～13:00 ビギナーヨガ 星野ゆり ★		11:45～12:45 ボディメイクヨガ Eimi ★★		スタジオ開放 12:00～12:30	12:00～12:45 フローヨガ mayu ★★	
13:00～13:15	12:30～13:30 デトックスヨガ Tomoko ★★	12:45～13:00	12:30～13:15 リラックスヨガ しずか ★		スタジオ開放 12:45～13:30	
	13:30～13:45			13:00～14:00 デトックスヨガ maya ★★		
13:45～14:45 ベーシックヨガ AYUMI ★★		13:30～14:30 ビューティーヨガ Yoshino ★	13:45～14:45 陰陽ヨガ しずか ★★		14:00～15:00 やさしいデトックスヨガ Yoshino ★	
14:45～15:00	14:15～15:15 ビギナーヨガ Satsuki ★		14:45～15:00	14:30～15:30 ストレッチングヨガ maya ★	15:00～15:15	
	内容変更 15:45～16:30 ピラティス Satsuki ★★	15:00～16:00 デトックスヨガ Yoshino ★★	15:30～16:30 ビギナーヨガ Rio ★	スタジオ開放 15:30～16:00	15:45～16:45 ベーシックヨガ maya ★★	
15:30～16:30 リラックスヨガ Anna ★	スタジオ開放 16:30～17:45	スタジオ開放 16:00～17:15		16:30～17:15 BODYART BASIC 野村真紀 ★★★	スタジオ開放 16:45～17:15	
スタジオ開放 16:30～17:15			★週替わり★ 17:30～18:30 リフレッシュヨガ ★★ 友里恵			
17:45～18:30 やさしいデトックスヨガ 相田千也子 ★	18:15～19:15 フローヨガ minemo ★★	17:45～18:45 リラックスヨガ reiko ★	スタジオ開放 18:30～19:00	17:45～18:45 ビギナーヨガ 野村真紀 ★	17:45～18:45 ヒーリングヨガ hiro ★	
			19:30 閉館	18:45～19:00		
19:00～20:00 骨盤 コンディショニングヨガ 相田千也子 ★★		19:15～20:00 パワーヨガ IZUMI ★★★			19:15～20:00 やさしいパワーヨガ hiro ★★	
	19:45～20:45 リラックスヨガ minemo ★					
20:30～21:30 ビューティーヨガ Tomomi ★	スタジオ開放 20:45～21:30	20:30～21:30 リフレッシュヨガ IZUMI ★★			20:30～21:30 ストレッチングヨガ Eimi ★	
22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館			22:00 閉館	

休館日