

CALDO TOTSUKA STUDIO TIMETABLE ①
カルド戸塚 9月後半スタジオスケジュール(16日～23日)

10:00 開館	9:00 開館	10:00 開館	9:00 開館	9:00 開館	敬老の日 9:00 開館	国民の休日 9:00 開館	秋分の日 9:00 開館
9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)	9月20日(日)	9月21日(月・祝)	9月22日(火・祝)	9月23日(水・祝)
	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 ★★	9:30～10:30 フローヨガ mayu ★★	9:30～10:30 脳トレ&ストレッチヨガ TSUBAKI ★★	9:30～10:30 リラックスヨガ 星野ゆり ★
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 ★					
	11:00～12:00 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 ★	11:00～12:00 ビギナーヨガ mayu ★	11:00～12:00 アロマヒーリングヨガ TSUBAKI ★	11:00～12:00 お月見フローヨガ 星野ゆり ★★
		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	12:30～13:15 リラックスヨガ しずか ★		スタジオ開放 12:00～13:00	スタジオ開放 12:00～13:00	スタジオ開放 12:00～13:00
13:00～13:15				13:00～14:00 アロマ デトックスヨガ maya ★★			
	13:30～13:45				13:30～14:30 背盤底筋 トレーニングヨガ Yoshino ★★	13:30～14:30 ジェントル フローヨガ hiro ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ Rio ★
13:45～14:45 ベーシックヨガ AYUMI ★★	14:15～15:15 ビギナーヨガ Satsuki ★	13:30～14:30 ビューティーヨガ Yoshino ★	13:45～14:45 陰陽ヨガ しずか ★★		スタジオ開放 14:30～15:00		スタジオ開放 14:30～15:30
14:45～15:00			14:45～15:00	14:30～15:30 ストレッチングヨガ maya ★		15:00～16:00 のんびりヨガ hiro ★	
		15:00～16:00 デトックスヨガ Yoshino ★★			15:30～16:30 ディーブ ストレッチングヨガ maya ★	スタジオ開放 16:00～17:00	16:00～17:00 アロマフローヨガ 相田千也子 ★★
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	15:30～16:30 ビギナーヨガ Rio ★		スタジオ開放 16:30～17:00		
スタジオ開放 16:30～17:15	スタジオ開放 16:30～17:15		★運営わり★ 17:30～18:30 リフレッシュヨガ ★★ hiro	16:30～17:15 BODYART BASIC 野村真紀 ★★★			
				17:45～18:45 ビギナーヨガ 野村真紀 ★	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ hiro ★	17:30～18:30 夏の疲れを癒す リラックスヨガ kenya ★	17:30～18:30 やさしいデトックスヨガ 相田千也子 ★
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	18:45～19:00	スタジオ開放 18:30～19:00	スタジオ開放 18:30～19:00	スタジオ開放 18:30～19:00
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 ★★★					
	19:45～20:45 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 ★★					
22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館			19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館

CALDO TOTSUKA STUDIO TIMETABLE ②
カルド戸塚 9月後半スタジオスケジュール(24日～30日)

9:00 開館	休館日	9:00 開館	9:00 開館	10:00 開館	9:00 開館	休館日
9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
		9:30～10:30 ビューティーヨガ Fujio ★	9:30～10:30 コアトレヨガ IZUMI ★★		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 ビギナーヨガ mayu ★		
		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 ★		11:00～11:45 ベーシックヨガ TSUBAKI ★★	
					11:45～12:00	
			スタジオ開放 12:00～12:30	12:00～12:45 フローヨガ mayu ★★		
12:30～13:30 デトックスヨガ Tomoko ★★		12:30～13:15 リラックスヨガ しずか ★			12:30～13:30 アロマ リラックスヨガ hiro ★	
13:30～13:45			13:00～14:00 デトックスヨガ maya ★★			
		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 ★	14:00～15:00 ビューティーヨガ mayu ★	
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		
		15:30～16:30 ビギナーヨガ Rio ★	スタジオ開放 15:30～16:00		15:30～16:15 シェイプアップヨガ mayu ★★★	
内容変更 15:45～16:30 ピラティス Satsuki ★★		スタジオ開放 16:30～17:00	16:30～17:15 BODYART BASIC 野村真紀 ★★★	15:45～16:45 ベーシックヨガ maya ★★		スタジオ開放 16:15～18:15
スタジオ開放 16:30～17:15		★運営わり★ 17:30～18:30 リフレッシュヨガ ★★ 友里恵				
		17:45～18:45 ビギナーヨガ 野村真紀 ★	17:30～18:30 やさしいパワーヨガ hiro ★★	18:45～19:00		18:45～19:45 やさしいフローヨガ kenya ★
18:15～19:15 フローヨガ minemo ★★						
						20:15～21:15 ボディメイクヨガ ゆき ★★
19:45～20:45 アロマ リラックスヨガ minemo ★				20:30～21:30 ストレッチングヨガ Eimi ★		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	