

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

カルド平塚 3月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00						9:00
9:30						9:30
10:00	10:00~11:00 ベーシックヨガ 築地サヤカ ★★	10:00~11:00 フローヨガ Nobuko ★★	10:00~11:00 サークルヨガ IZUMI ★	10:00~11:00 ボディコンディ ショニングヨガ 彩夏 ★★	10:00~11:00 アロマ ビューティーヨガ Noriko ★	10:00~11:00 ビギナーヨガ Kumi ★
10:30						10:30
11:00						11:00
11:30	11:30~12:30 ビギナーヨガ 築地サヤカ ★	11:30~12:30 ヒーリングヨガ 伊東尚美 ★	11:30~12:30 リフレッシュヨガ IZUMI ★★	11:30~12:30 アロマ リラックスヨガ 友里恵 ★	11:30~12:30 フローヨガ Kumi ★★	11:30~12:30 アロマ ストレッチングヨガ Sayaka ★
12:00						12:00
12:30		リラクスタ 12:30~13:00	リラクスタ 12:30~13:00	リラクスタ 12:30~13:00	リラクスタ 12:30~13:00	リラクスタ 12:30~13:00
13:00	13:00~14:00 デトックスヨガ Sayaka ★★			カテゴリー 強度変更		
13:30		13:30~14:30 やさしいパワ ーヨガ Tomoko ★★	13:30~14:30 ビューティー ーヨガ Noriko ★	13:30~14:30 ベーシック ーヨガ shuuka ★★	13:30~14:30 ビューティー ーヨガ IZUMI ★	13:30~14:30 デトックス ーヨガ 村井美月 ★★
14:00	リラクスタ 14:00~14:30		14:00~15:00 コアトレ ーヨガ Eimi ★★	リラクスタ 14:30~15:00		
14:30		リラクスタ 14:30~15:00				
15:00	15:00~16:00 アロマ ビューティー ーヨガ mayu ★	15:00~16:00 ストレッチ ー ー 光 ★		カテゴリー 強度変更	15:00~16:00 パワー ー ー IZUMI ★★★	15:00~16:00 ピラティ ー ー 上村初美 ★★
15:30			15:30~16:30 フロー ー ー TOMOKO ★★	15:30~16:30 やさしい ー ー Eimi ★		
16:00				16:00~17:30 デトックス ー ー Marie ★		リラクスタ 16:00~17:00
16:30	リラクスタ 16:00~17:30	リラクスタ 16:00~17:30	リラクスタ 16:30~17:30	リラクスタ 16:30~17:30	16:30~17:30 ベーシッ ー ー JURI ★★	
17:00						
17:30					リラクスタ 17:30~18:00	17:30~18:30 アロマ ー ー 彩翔祐希 ★
18:00						
18:30	18:30~19:30 シェイプ ー ー IZUMI ★★★	18:30~19:30 やさしい ー ー 村井美月 ★	18:30~19:30 やさしい ー ー Ryoko ★★	18:30~19:30 ベーシッ ー ー 彩翔祐希 ★★	18:30~19:30 リラク ー ー Asami ★	
19:00						19:00 閉館
19:30						
20:00	20:00~21:00 サークル ー ー IZUMI ★	20:00~21:00 コアトレ ー ー 村井美月 ★★	20:00~21:00 ビギナー ー ー Ryoko ★	20:00~21:00 ストレッチ ー ー 彩翔祐希 ★	20:00 閉館	
20:30				20:00~21:00 ベーシッ ー ー Meeee ★★		
21:00					《3月休館日のお知らせ》 5日(木) 15日(日) 25日(水) 31日(火)	
21:30	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館		
22:00						

※全てのレッスンは定員50名です。

※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10分~15分前となっております。

※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に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。

※スタジオ内での私語はご遠慮ください。

※リラクスタは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に出入り可能です。

※レッスン中・リラクスタ中、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。

※スタジオからご退出の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。