

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

カルド平塚 4月16日(木)～4月30日(木) スタジオスケジュール

		4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)		
9:00									9:00	
9:30									9:30	
10:00		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 ★	10:00～11:00 リフレッシュヨガ Sayaka ★★	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	
10:30									10:30	
11:00									11:00	
11:30		11:30～12:30 アロマ リラックスヨガ 友里恵 ★	11:30～12:30 デトックスヨガ Noriko ★★	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 ★	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	
12:00									12:00	
12:30		リラックスタイム 12:30～13:30	リラックスタイム 12:30～13:00	リラックスタイム 12:30～13:00	リラックスタイム 12:30～13:00		リラックスタイム 12:30～13:00	リラックスタイム 12:30～13:00	12:30	
13:00									13:00	
13:30			13:30～14:30 ベーシックヨガ shuuka ★★	13:30～14:30 ビューティーヨガ IZUMI ★	13:30～14:30 デトックスヨガ 村井美月 ★★	13:00～14:00 デトックスヨガ Sayaka ★★	13:30～14:30 やさしいパワー ヨガ Tomoko ★★	13:30～14:30 ビューティーヨガ Noriko ★	13:30	
14:00	変更枠	14:15～15:00 ヴィンヤサフローヨガ mayu ★★★	リラックスタイム 14:30～15:00			リラックスタイム 14:00～14:30			14:00	
14:30						変更枠	変更枠	リラックスタイム 14:30～15:00	14:30	
15:00		変更枠		15:00～16:00 パワーヨガ IZUMI ★★★	15:00～16:00 ピラティス 上村初美 ★★	15:00～16:00 アロマ ストレッチングヨガ mayu ★	15:00～16:00 ビューティーヨガ JURI ★		15:00	
15:30		15:30～16:30 やさしいフロー ヨガ mayu ★	15:30～16:30 リラックスヨガ Marie ★						15:30	
16:00					リラックスタイム 16:00～17:00				15:30～16:30 フローヨガ TOMOKO ★★	
16:30		リラックスタイム 16:30～17:30	リラックスタイム 16:30～17:30	16:30～17:30 ベーシックヨガ JURI ★★		リラックスタイム 16:00～17:30	リラックスタイム 16:00～17:30	リラックスタイム 16:30～17:30	16:30	
17:00									17:00	
17:30				リラックスタイム 17:30～18:00					17:30	
18:00					17:30～18:30 アロマ ヒーリングヨガ 彩翔祐希 ★				18:00	
18:30		18:30～19:30 ベーシックヨガ 彩翔祐希 ★★	18:30～19:30 やさしい デトックスヨガ Meeee ★	18:30～19:30 リラックスヨガ Asami ★	19:00 閉館	18:30～19:30 シェイプアップ ヨガ IZUMI ★★★	18:30～19:30 やさしいフロー ヨガ 村井美月 ★	変更枠	18:30	
19:00								18:45～19:30 デトックスヨガ しずか★★	19:00	
19:30									19:30	
20:00		20:00～21:00 ストレッチング ヨガ 彩翔祐希 ★	20:00～21:00 ベーシックヨガ Meeee ★★	20:00 閉館		20:00～21:00 サークルヨガ IZUMI ★	変更枠	20:00～21:00 デトックスヨガ 村井美月 ★★	20:00～21:00 リラックスヨガ しずか ★	20:00
20:30									20:30	
21:00									21:00	
21:30		21:30 閉館	21:30 閉館			21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30	

- ※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の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。
- ※溶岩タイムは、プレミアム会員様・溶岩OPを付けている会員様のみ、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・溶岩タイム中は、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。

《4月休館日のお知らせ》
 5日(日)15日(水)
 25日(土)30日(木)

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE
カルド平塚 4月16日(木)～4月30日(木) スタジオスケジュール

						祝日プログラム		
4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	
		休館日						休館日
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 リフレッシュヨガ Sayaka★★	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★		
11:30～12:30 アロマ リラックスヨガ 友里恵★	11:30～12:30 デトックスヨガ Noriko★★		11:30～12:30 アロマ ストレッチングヨガ Sayaka★	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 体をほぐし柔軟性 アップフローヨガ IZUMI★★		
リラックスタイム 12:30～13:30	リラックスタイム 12:30～13:00		リラックスタイム 12:30～13:00		リラックスタイム 12:30～13:00	リラックスタイム 12:30～13:00		
変更枠	13:30～14:30 ベーシックヨガ shuuka★★		13:30～14:30 デトックスヨガ 村井美月★★	13:00～14:00 デトックスヨガ Sayaka★★	13:30～14:30 やさしいパワー ヨガ Tomoko★★	13:30～14:30 アロマビューティー ヨガ Noriko★		
14:00～15:00 フローヨガ Sayaka★★	リラックスタイム 14:30～15:00			リラックスタイム 14:00～14:30	変更枠	変更枠	リラックスタイム 14:30～15:00	
変更枠			15:00～16:00 ピラティス 上村初美★★	15:00～16:00 アロマ ストレッチングヨガ mayu★	15:00～16:00 ビューティーヨガ JURI★	15:30～16:30 リフレッシュ フローヨガ TOMOKO★★		
15:30～16:30 やさしい デトックスヨガ Sayaka★	15:30～16:30 リラックスヨガ Marie★		リラックスタイム 16:00～17:00	リラックスタイム 16:00～17:30	リラックスタイム 16:00～17:30	リラックスタイム 16:30～17:00		
リラックスタイム 16:30～17:30	リラックスタイム 16:30～17:30							
			17:30～18:30 アロマ ヒーリングヨガ 彩翔祐希★			17:30～18:30 リラックスヨガ TOMOKO★		
18:30～19:30 ベーシックヨガ 彩翔祐希★★	18:30～19:30 やさしい デトックスヨガ Meeee★		19:00 閉館	18:30～19:30 シェイプアップ ヨガ IZUMI★★★	18:30～19:30 やさしいフロー ヨガ 村井美月★	19:00 閉館		
					変更枠			
20:00～21:00 ストレッチング ヨガ 彩翔祐希★	20:00～21:00 ベーシックヨガ Meeee★★			20:00～21:00 サークルヨガ IZUMI★	20:00～21:00 デトックスヨガ 村井美月★★			
21:30 閉館	21:30 閉館			21:30 閉館	21:30 閉館			