

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

カルド平塚 5月1日(金)～5月15日(金) スタジオスケジュール

	5月1日(金)	5月2日(土)	GW	GW	GW	5月7日(木)
9:00						
9:30						
10:00	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 スリムアップヨガ しずか ★★	10:00～11:00 ベーシックヨガ JURI ★★	10:00～11:00 骨盤から股関節 をほぐすヨガ IZUMI ★	10:00～11:00 ボディコンディ ショニングヨガ 彩夏 ★★
10:30						
11:00						
11:30	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 ごろ寝ヨガ しずか ★	11:30～12:30 オープンハート ビューティーヨガ JURI ★	11:30～12:30 コアトレヨガ IZUMI ★★	11:30～12:30 アロマ リラックスヨガ 友里恵 ★
12:00						
12:30	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
13:00	変更枠	変更枠		13:00～14:00 デトックスフロ ーヨガ Sayaka ★★		
13:30	13:30～14:30 ベーシックヨガ JURI ★★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ IZUMI ★	13:30～14:30 アロマデトク ス ヨガ 村井美月 ★★		13:30～14:30 ビューティー ヨガ TOMOKO ★	変更枠
14:00						14:15～15:00 シェイプアップ ヨガ Sayaka ★★★
14:30	リラックスタイム 14:30～15:00			14:30～15:30 アロマ リラックス Sayaka ★		変更枠
15:00		15:00～16:00 パワーヨガ IZUMI ★★★	15:00～16:00 お腹スペシャル ! ピラティス 上村初美 ★★		15:30～16:30 エナジーフロ ー TOMOKO ★★	変更枠
15:30	15:30～16:30 リラックス Marie ★					15:30～16:30 ビギナー Sayaka ★
16:00			リラックスタイム 16:00～17:00	リラックスタイム 15:30～17:00	リラックスタイム 16:00～17:00	
16:30	リラックスタイム 16:30～17:30	16:30～17:30 ベーシック JURI ★★				リラックスタイム 16:30～17:30
17:00		リラックスタイム 17:30～18:00				
17:30			17:30～18:30 笑いのアイチ エイジング ヨガ 彩翔祐希 ★	17:30～18:30 ボディメイク ヨガ& ボディメイク ピラティス IZUMI ★★★	17:30～18:30 リラックス Sayaka ★	
18:00						
18:30	18:30～19:30 やさしい デトックス Meeee ★	18:30～19:30 リラックス Asami ★				18:30～19:30 ベーシック 彩翔祐希 ★★
19:00			19:00 閉館	19:00 閉館	19:00 閉館	
19:30						
20:00	20:00～21:00 ベーシック Meeee ★★	20:00 閉館				20:00～21:00 ストレッチ 彩翔祐希 ★
20:30						
21:00						
21:30	21:30 閉館					21:30 閉館
22:00						
22:30						

休館日

- ※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。スタジオは自由に入退室可能です。
- ※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。
- ※スタジオからご退室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。

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE
カルド平塚 5月1日(金)～5月15日(金) スタジオスケジュール

5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)
		変更枠					休館日
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 ★	10:00～10:45 Beat shape Ryoko ★★	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 ★★	
		変更枠(時間注意)					
11:30～12:30 デトックスヨガ Noriko ★★	11:30～12:30 フローヨガ Kumi ★★	11:15～12:15 ビューティーヨガ Ryoko ★	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 ★	
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 12:15～13:00		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 12:30～13:30	
変更枠	変更枠		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 ★	変更枠	
13:30～14:30 ベーシックヨガ mayu ★★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ IZUMI ★	13:30～14:30 デトックスヨガ 村井美月 ★★	リラックスタイム 14:00～14:30		リラックスタイム 14:30～15:00	14:00～15:00 フローヨガ Nobuko ★★	
リラックスタイム 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 ★	15:30～16:30 フロー ヨガ TOMOKO ★★	15:30～16:30 やさしい デトックス ヨガ Nobuko ★	
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 16:30～17:30	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 17:30～18:00	17:30～18:30 アロマ ヒーリング ヨガ 彩翔祐希 ★	変更枠		変更枠		
18:30～19:30 やさしい デトックス ヨガ Meeeee ★	18:30～19:30 リラックス ヨガ Asami ★	19:00 閉館	18:30～19:30 コアトレ ヨガ IZUMI ★★	18:30～19:30 やさしい フロー ヨガ 村井美月 ★	18:30～19:30 ボディ メイク ヨガ 彩夏 ★★	18:30～19:30 ベーシック ヨガ 彩翔祐希 ★★	
			変更枠		変更枠		
20:00～21:00 ベーシック ヨガ Meeeee ★★	20:00 閉館		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 ★★	20:00～21:00 リラックス ヨガ 彩夏 ★	20:00～21:00 ストレッチ ング ヨガ 彩翔祐希 ★	
					変更枠		
21:30 閉館			21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	

《5月休館日のお知らせ》
 5日(火) 15日(金)
 25日(月) 31日(日)