

# CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

## カルド平塚 5月16日(土)～5月31日(日) スタジオスケジュール

| 5月16日(土) |  | 5月17日(日)                                   |  | 5月18日(月)                                     |  | 5月19日(火)                               |   | 5月20日(水)                                      |                         | 5月21日(木)                                 |                         | 5月22日(金)                |       |
|----------|--|--|--|--|--|--|---|---|-------------------------|--|-------------------------|-------------------------|-------|
| 9:00     |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 9:00  |
| 9:30     |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 9:30  |
| 10:00    |  | 変更枠  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 10:00 |
| 10:00    | 10:00～11:00<br>ビギナーヨガ<br>Kumi<br>★     | 10:00～10:45<br>Beat shape<br>Ryoko<br>★★   |  | 10:00～11:00<br>ベーシックヨガ<br>築地サヤカ<br>★★        | 10:00～11:00<br>フローヨガ<br>Nobuko<br>★★         | 10:00～11:00<br>サークルヨガ<br>IZUMI<br>★    | 10:00～11:00<br>ボディコンディ<br>ショニングヨガ<br>彩夏<br>★★ | 10:00～11:00<br>アロマ<br>ビューティーヨガ<br>Noriko<br>★ |                         |  |                         |                         | 10:00 |
| 10:30    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 10:30 |
| 11:00    |  | 変更枠(時間注意)                                  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 11:00 |
| 11:30    | 11:30～12:30<br>リフレッシュヨガ<br>Kumi<br>★★  | 11:15～12:15<br>ビューティーヨガ<br>Ryoko<br>★      |  | 11:30～12:30<br>ビギナーヨガ<br>築地サヤカ<br>★          | 11:30～12:30<br>ヒーリングヨガ<br>伊東尚美<br>★          | 11:30～12:30<br>リフレッシュヨガ<br>IZUMI<br>★★ | 11:30～12:30<br>アロマ<br>リラックスヨガ<br>友里恵<br>★     | 11:30～12:30<br>デトックスヨガ<br>Noriko<br>★★        |                         |  |                         |                         | 11:30 |
| 12:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 12:00 |
| 12:30    | リラックスタイム<br>12:30～13:00                | リラックスタイム<br>12:15～13:00                    |  |  |  | リラックスタイム<br>12:30～13:00                | リラックスタイム<br>12:30～13:00                       | リラックスタイム<br>12:30～13:00                       |                         | リラックスタイム<br>12:30～13:30                  |                         | リラックスタイム<br>12:30～13:00 | 12:30 |
| 13:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 13:00 |
| 13:30    | 13:30～14:30<br>ストレッチングヨガ<br>IZUMI<br>★ | 13:30～14:30<br>デトックスヨガ<br>村井美月<br>★★       |  | 13:00～14:00<br>デトックスヨガ<br>Sayaka<br>★★       | 13:30～14:30<br>やさしいパワー<br>ヨガ<br>Tomoko<br>★★ | 13:30～14:30<br>ビューティーヨガ<br>Noriko<br>★ |   |   |                         |  |                         |                         | 13:30 |
| 14:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 14:00 |
| 14:30    |  |  |  | リラックスタイム<br>14:00～14:30                      |  | リラックスタイム<br>14:30～15:00                |   | リラックスタイム<br>14:30～15:00                       |                         | 14:15～15:00<br>ヴィンヤサフローヨガ<br>mayu<br>★★★ |                         | リラックスタイム<br>14:30～15:00 | 14:30 |
| 15:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 15:00 |
| 15:30    | 15:00～16:00<br>パワーヨガ<br>IZUMI<br>★★★   | 15:00～16:00<br>ピラティス<br>上村初美<br>★★         |  | 15:00～16:00<br>アロマ<br>ストレッチングヨガ<br>mayu<br>★ | 15:00～16:00<br>ビューティーヨガ<br>JURI<br>★         |  |   |   |                         | 変更枠                                      |                         |                         | 15:30 |
| 16:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 16:00 |
| 16:30    |  | リラックスタイム<br>16:00～17:00                    |  | リラックスタイム<br>16:00～17:30                      | リラックスタイム<br>16:00～17:30                      | リラックスタイム<br>16:30～17:30                | リラックスタイム<br>16:30～17:30                       | リラックスタイム<br>16:30～17:30                       | リラックスタイム<br>16:30～17:30 | リラックスタイム<br>16:30～17:30                  | リラックスタイム<br>16:30～17:30 | リラックスタイム<br>16:30～17:30 | 16:30 |
| 17:00    | 16:30～17:30<br>ベーシックヨガ<br>JURI<br>★★   |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 17:00 |
| 17:30    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 17:30 |
| 18:00    | リラックスタイム<br>17:30～18:00                | 17:30～18:30<br>アロマ<br>ヒーリングヨガ<br>彩翔祐希<br>★ |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 18:00 |
| 18:30    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 18:30 |
| 19:00    | 18:30～19:30<br>リラックスヨガ<br>Asami<br>★   | 19:00 閉館                                   |  | 18:30～19:30<br>コアトレ<br>ヨガ<br>IZUMI<br>★★     | 18:30～19:30<br>やさしいフロー<br>ヨガ<br>村井美月<br>★    | 18:30～19:30<br>ボディメイクヨガ<br>彩夏<br>★★    | 18:30～19:30<br>ベーシックヨガ<br>彩翔祐希<br>★★          | 18:30～19:30<br>やさしい<br>デトックスヨガ<br>Meeee<br>★  |                         |  |                         |                         | 19:00 |
| 19:30    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 19:30 |
| 20:00    | 20:00 閉館                               |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 20:00 |
| 20:30    |  |  |  | 20:00～21:00<br>サークルヨガ<br>IZUMI<br>★          | 20:00～21:00<br>デトックスヨガ<br>村井美月<br>★★         | 20:00～21:00<br>リラックスヨガ<br>彩夏<br>★      | 20:00～21:00<br>ストレッチ<br>ヨガ<br>彩翔祐希<br>★       | 20:00～21:00<br>ベーシックヨガ<br>Meeee<br>★★         |                         |  |                         |                         | 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 閉館                | 21:30 閉館                                 | 21:30 閉館                | 21:30 閉館                | 21:30 |
| 22:00    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 22:00 |
| 22:30    |  |  |  |  |  |  |   |   |                         |  |                         |                         | 22:30 |

※全てのレッスンは定員●●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。

※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16日(土)～5月31日(日) スタジオスケジュール**

| 5月23日(土)                               | 5月24日(日)   | 5月25日(月)   | 5月26日(火)                                     | 5月27日(水)                                   | 5月28日(木)  | 5月29日(金)                                      | 5月30日(土)                                     | 5月31日(日)                              |  |
|--|--|------------|--|--|---|---|--|---------------------------------------|--|
|  |  | <b>休館日</b> |  |  |   |   |  |                                       |  |
| 10:00～11:00<br>ビギナーヨガ<br>Kumi<br>★     | <b>変更枠</b><br>10:00～10:45<br>Beat shape<br>Ryoko<br>★★ |            | 10:00～11:00<br>フローヨガ<br>Nobuko<br>★★         | 10:00～11:00<br>サークルヨガ<br>IZUMI<br>★        | 10:00～11:00<br>ボディコンディ<br>ショニングヨガ<br>彩夏<br>★★     | 10:00～11:00<br>アロマ<br>ビューティーヨガ<br>Noriko<br>★ | 10:00～11:00<br>ビギナーヨガ<br>Kumi<br>★           |                                       |  |
|  | <b>変更枠(時間注意)</b>                                       |            |  |  |   |   |  |                                       |  |
| <b>変更枠</b>                             | 11:15～12:15<br>ビューティーヨガ<br>Ryoko<br>★                  |            | 11:30～12:30<br>ヒーリングヨガ<br>伊東尚美<br>★          | 11:30～12:30<br>リフレッシュヨガ<br>IZUMI<br>★★     | 11:30～12:30<br>アロマ<br>リラックスヨガ<br>友里恵<br>★         | 11:30～12:30<br>デトックスヨガ<br>Noriko<br>★★        | <b>変更枠</b>                                   | 11:30～12:30<br>リフレッシュヨガ<br>Kumi<br>★★ |  |
| リラックスタイム<br>12:30～13:00                | リラックスタイム<br>12:15～13:00                                |            | リラックスタイム<br>12:30～13:00                      | リラックスタイム<br>12:30～13:00                    | リラックスタイム<br>12:30～13:00                           | リラックスタイム<br>12:30～13:00                       | リラックスタイム<br>12:30～13:00                      | リラックスタイム<br>12:30～13:00               |  |
| <b>変更枠</b>                             |  |            |  |  |   |   | <b>変更枠</b>                                   |                                       |  |
| 13:30～14:30<br>ストレッチングヨガ<br>IZUMI<br>★ | 13:30～14:30<br>デトックスヨガ<br>村井美月<br>★★                   |            | 13:30～14:30<br>やさしいパワ<br>ーヨガ<br>Tomoko<br>★★ | 13:30～14:30<br>ビューティーヨガ<br>Noriko<br>★     | <b>変更枠</b><br>14:00～15:00<br>フローヨガ<br>mayu<br>★★  | 13:30～14:30<br>ベーシックヨガ<br>shuuka<br>★★        | 13:30～14:30<br>ストレッチングヨガ<br>IZUMI<br>★       |                                       |  |
|  |  |            |  | リラックスタイム<br>14:30～15:00                    |   | リラックスタイム<br>14:30～15:00                       |  |                                       |  |
| 15:00～16:00<br>パワーヨガ<br>IZUMI<br>★★★   | 15:00～16:00<br>ピラティス<br>上村初美<br>★★                     |            | 15:00～16:00<br>ビューティーヨガ<br>JURI<br>★         |  | 15:30～16:30<br>フローヨガ<br>TOMOKO<br>★★              | 15:30～16:30<br>やさしい<br>デトックスヨガ<br>mayu<br>★   | 15:30～16:30<br>リラックスヨガ<br>Marie<br>★         | 15:00～16:00<br>パワーヨガ<br>IZUMI<br>★★★  |  |
|  | リラックスタイム<br>16:00～17:00                                |            | リラックスタイム<br>16:00～17:30                      |  | リラックスタイム<br>16:30～17:30                           | リラックスタイム<br>16:30～17:30                       | リラックスタイム<br>16:30～17:30                      | 16:30～17:30<br>ベーシックヨガ<br>JURI<br>★★  |  |
| 16:30～17:30<br>ベーシックヨガ<br>JURI<br>★★   |  |            |  |  |   |   |  |                                       |  |
| リラックスタイム<br>17:30～18:00                | 17:30～18:30<br>アロマ<br>ヒーリングヨガ<br>彩翔祐希<br>★             |            |  |  |   |   |  | リラックスタイム<br>17:30～18:00               |  |
| 18:30～19:30<br>リラックスヨガ<br>Asami<br>★   | <b>19:00 閉館</b>  |            |  | 18:30～19:30<br>やさしいフロー<br>ーヨガ<br>村井美月<br>★ | <b>変更枠</b><br>18:30～19:30<br>ボディメイクヨガ<br>彩夏<br>★★ | 18:30～19:30<br>ベーシックヨガ<br>彩翔祐希<br>★★          | 18:30～19:30<br>やさしい<br>デトックスヨガ<br>Meeee<br>★ | 18:30～19:30<br>リラックスヨガ<br>Asami<br>★  |  |
|  |  |            |  |  | <b>変更枠</b>  |   |  |                                       |  |
| <b>20:00 閉館</b>                        |  |            | 20:00～21:00<br>デトックスヨガ<br>村井美月<br>★★         | 20:00～21:00<br>リラックスヨガ<br>彩夏<br>★          | 20:00～21:00<br>ストレッチング<br>ヨガ<br>彩翔祐希<br>★         | 20:00～21:00<br>ベーシックヨガ<br>Meeee<br>★★         | <b>20:00 閉館</b>                              |                                       |  |
|  |  |            |  |  |   |   |  |                                       |  |
|  |  |            | <b>21:30 閉館</b>                              | <b>21:30 閉館</b>                            | <b>21:30 閉館</b>                                   | <b>21:30 閉館</b>                               |  |                                       |  |

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