

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

カルド平塚 7月16日(木)～7月31日(金) スタジオスケジュール

	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月・祝)	7月21日(火)	7月22日(水)
9:00					祝日プログラム		
9:30		変更枠		変更枠			
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 mayu ★	10:00～11:00 ビギナーヨガ Kumi ★	10:00～11:00 やさしい フローヨガ 彩翔祐希 ★		10:00～11:00 フローヨガ Nobuko ★★	10:00～11:00 サークルヨガ IZUMI ★
10:30							
11:00		変更枠		変更枠・時間注意			
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 mayu ★★	11:30～12:30 リフレッシュヨガ Kumi ★★	11:30～12:30 ベーシックヨガ 村井美月 ★★		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 ★★
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	リラックスタイム 12:30～13:00
13:00	変更枠・時間注意						変更枠
13:30	13:30～14:30 姿勢改善ヨガ 彩夏 ★★	13:30～14:30 ベーシックヨガ shuuka ★★	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 ★★		13:30～14:30 やさしいパー ーヨガ Tomoko ★★	13:30～14:30 ビューティーヨガ Marie ★
14:00							
14:30	変更枠・時間注意	リラックスタイム 14:30～15:00					リラックスタイム 14:30～15:00
15:00	15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 彩夏 ★	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 ビューティーヨガ JURI ★	
15:30		15:30～16:30 リラックスヨガ 彩翔祐希 ★					15:30～16:30 フローヨガ TOMOKO ★★
16:00				リラックスタイム 16:00～17:00			
16:30	リラックスタイム 16:00～17:30	リラックスタイム 16:30～17:30	16:30～17:30 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 16:30～17:30
17:00							
17:30			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 ★			
18:00	変更枠						
18:30	18:30～19:30 やさしい パワーヨガ 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 やさしいフロー ーヨガ 村井美月 ★	18:30～19:30 ボディメイクヨガ 彩夏 ★★
19:00							
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 デトックスヨガ 村井美月 ★★	20:00～21:00 リラックスヨガ 彩夏 ★	
20:30							
21:00							
21:30	21:30 閉館	21:30 閉館				21:30 閉館	
22:00							
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。

※リラックスタイムは、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・リラックスタイム中は、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。

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE
カルド平塚 7月16日(木)～7月31日(金) スタジオスケジュール

7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)	
	変更枠	休館日	変更枠・時間注意						
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 mayu ★		10:00～10:45 アロマ ストレッチングヨガ 彩翔祐希★	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		変更枠・時間注意						
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 mayu ★★		11:15～12:15 ベーシックヨガ 村井美月 ★★	11:30～12:30 ピギナーヨガ 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 12:30～13:00	リラックスタイム 12:30～13:00	
変更枠・時間注意					13:00～14:00 デトックスヨガ Sayaka ★★	変更枠	変更枠・時間注意		
13:30～14:30 姿勢改善ヨガ 彩夏 ★★	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 ★★		リラックスタイム 14:00～14:30	13:30～14:30 やさしいパワー ヨガ Tomoko ★★	13:30～14:30 ビューティーヨガ Marie ★	13:30～14:30 姿勢改善ヨガ 彩夏 ★★	
変更枠・時間注意	リラックスタイム 14:30～15:00						リラックスタイム 14:30～15:00	変更枠・時間注意	
15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 彩夏 ★			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 ★		15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ 彩夏 ★	
リラックスタイム 16:00～17:30	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	15:30～16:30 フローヨガ TOMOKO ★★	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			
変更枠			17:30～18:30 アロマ ヒーリングヨガ 彩翔祐希 ★				変更枠		
18:30～19:30 やさしい パワーヨガ 彩翔祐希 ★★	18:30～19:30 やさしい デトックスヨガ Meeeee ★		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 やさしい パワーヨガ 彩翔祐希 ★★		
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 Meeeee ★★			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 ★		
21:30 閉館	21:30 閉館			21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館		

《7月休館日のお知らせ》
 5日(日) 15日(水)
 25日(土) 31日(金)