

CALDO SAPPORO STUDIO TIMETABLE

カルド札幌 4月1日(水)～4月15日(水) スタジオスケジュール

	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)
9:00															
9:30															
10:00															
10:30	10:30～11:30 姿勢改善ヨガ Aya.★★	10:30～11:30 パワーヨガ saki★★★	10:30～11:30 ビューティーヨガ CHIIHIRO★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Ryoko★★		10:30～11:30 やさしい パワーヨガ mina★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ yukiko★	10:30～11:30 姿勢改善ヨガ Aya.★★	10:30～11:30 パワーヨガ saki★★★	10:30～11:30 ビューティーヨガ CHIIHIRO★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Ryoko★★	10:30～11:30 やさしい フローヨガ shoko★	10:30～11:30 やさしい パワーヨガ mina★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ yukiko★	
11:00															
11:30															
12:00	12:00～13:00 リフレッシュヨガ Aya.★★	12:00～13:00 ビューティーヨガ kazue★	12:00～13:00 週替わりレッスン mari/Lisa.T ★★★/★★	12:00～13:00 ビギナーヨガ kazue★		12:00～13:00 リラックスヨガ aya★	12:00～13:00 フローヨガ mina★★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ Aya.★★	12:00～13:00 ビューティーヨガ kazue★	12:00～13:00 週替わりレッスン mari/Lisa.T ★★★/★★	12:00～13:00 ビギナーヨガ kazue★	12:00～13:00 週替わりレッスン kiriko/RISA ★★	12:00～13:00 リラックスヨガ aya★	12:00～13:00 フローヨガ mina★★	
12:30															
13:00															
13:30	13:30～14:30 リラックスヨガ tomoko★	13:30～14:30 デトックスヨガ Akari★★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ KAHO★	13:30～14:30 デトックスヨガ Iku★★		13:30～14:30 ボディメイクヨガ MAYUMI★★★	13:30～14:30 アシュタンガヨガ mina★★	13:30～14:30 リラックスヨガ tomoko★	13:30～14:30 デトックスヨガ Akari★★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ KAHO★	13:30～14:30 デトックスヨガ Iku★★		13:30～14:30 ボディメイクヨガ MAYUMI★★★	13:30～14:30 アシュタンガヨガ mina★★	
14:00															
14:30													14:00～15:00 ビギナー ピラティス Lisa.T★		
15:00	15:00～16:00 ボディメイクヨガ kazue★★	15:00～16:00 リラックスヨガ Akari★	15:00～16:00 やさしい パワーヨガ saki★★	15:00～16:00 ワインヤサ フローヨガ mina★★★		15:00～16:00 ビギナーヨガ MAYUMI★	15:00～16:00 ビギナー ピラティス Lisa.T★	15:00～16:00 ボディメイクヨガ kazue★★	15:00～16:00 リラックスヨガ Akari★	15:00～16:00 やさしい パワーヨガ saki★★	15:00～16:00 ワインヤサ フローヨガ mina★★★		15:00～16:00 ビギナー ピラティス MAYUMI★	15:00～16:00 やさしい ピラティス Lisa.T★	
15:30															
16:00															
16:30															
16:30				16:30～17:30 リラックスヨガ KEINA★											
17:00															
17:30															
18:00	18:00～19:00 ビギナーヨガ kiriko★	18:30～19:30 骨盤コンディショ ニングヨガ mina★★	18:30～19:30 パワーヨガ mina★★★	18:00～19:00 週替わりレッスン KEINA/ yukiko★★		18:00～19:00 デトックスヨガ KAO★★	18:00～19:00 やさしい デトックスヨガ mari★	18:00～19:00 ビギナーヨガ kiriko★	18:30～19:30 骨盤コンディショ ニングヨガ mina★★	18:30～19:30 パワーヨガ mina★★★		18:00～19:00 週替わりレッスン KEINA/ yukiko★★	18:00～19:00 ビギナーヨガ hiyori★	18:00～19:00 デトックスヨガ KAO★★	18:00～19:00 やさしい デトックスヨガ mari★
18:30															
19:00															
19:30															
20:00	20:00～21:00 ベシクヨガ yukiko★★	20:00～21:00 ストレッチング ヨガ nakajima★	20:00～21:00 やさしい フローヨガ Rie★			20:00～21:00 ビューティーヨガ Ryoko★	20:00～21:00 骨盤コンディショ ニングヨガ nakajima★★	20:00～21:00 ベシクヨガ yukiko★★	20:00～21:00 ストレッチング ヨガ nakajima★	20:00～21:00 やさしい フローヨガ Rie★			20:00～21:00 ビューティーヨガ Ryoko★	20:00～21:00 骨盤コンディショ ニングヨガ nakajima★★	
20:30															
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 閉館	

休館日

休館日

Hot & Shape CALDO札幌
 月～金 10:00～21:30 / 土日祝 10:00～19:30
 ※フロントでのお手続きは閉館時間の1時間前までとなります。
 月5日・15日・25日・月末最終日は休館日となります

※レッスン開始の15分前からご入室いただけます。
 ※レッスン開始後の途中入室はお断りしております。
 ※スタジオ内や待合スペースでの私語はご遠慮ください。
 ※シャワーブースの場所取り、私用等での途中退室はご遠慮ください。
 ※安全の為、ピアスやネックレスなどのアクセサリは外してご入室ください。
 ※スタジオ内にはバスタオル1枚、フェイスタオル1枚、お水、
 マスク以外の持ち込みはお断りしております。

【金曜 12:00 週替わり】

3日⇒シェイプアップヨガ★★★ mari
 10日⇒ピラティス★★ Lisa.T

【土曜 18:00 週替わり★★】

4日⇒姿勢改善ヨガ★★ KEINA
 11日⇒ベシクヨガ★★ yukiko

【日曜 12:00 週替わり★★】

12日⇒やさしいパワーヨガ★★ RISA