

# CALDO TSUZUKI YOKOHAMA STUDIO TIMETABLE

## カルド都筑横浜 6月24～30日 スタジオスケジュール

24日(水)		25日(木)		26日(金)		27日(土)		28日(日)		29日(月)		30日(火)	
9:15		9:15～10:00 モーニングフロー 江角まゆ ★			休館日		内容変更						9:15
9:30		10:00～10:10		9:30～10:30 ビギナーヨガ Mayu ★			9:30～10:30 フローヨガ 浦田めぐみ ★★					9:30	
10:00						10:30～10:40		10:30～10:40					10:00
10:30	10:30～11:30 フローヨガ MASAMI ★★	10:30～11:30 やさしい フローヨガ 江角まゆ ★											10:30
11:00							11:00～12:00 パワーヨガ Mayu ★★★		11:00～12:00 やさしい デトックスヨガ 綾子 ★		10:30～11:30 ビギナーヨガ YO-KO ★		11:00
11:30	11:30～11:40	11:30～11:40					12:00～12:10		12:00～12:10		11:30～11:40		11:30
12:00													12:00
12:30	12:00～13:00 アロマ リラックスヨガ MASAMI ★	12:00～13:00 ボディメイクヨガ 相田 千也子 ★★											12:30
13:00		13:00～13:10											13:00
13:30	13:00～14:00 温活タイム												13:30
14:00		13:30～14:30 アロマ ビューティーヨガ 相田千也子 ★											14:00
14:30	14:30～15:30 調整中	14:30～15:30 温活タイム					14:00～15:00 フローヨガ EIKA ★★		14:00～15:00 リラックスヨガ Maki ★				14:30
15:00													15:00
15:30	15:30～15:40						15:00～15:30 温活タイム		15:00～15:10				15:30
16:00		担当変更							ゆるホット♪				16:00
16:30	16:00～17:00 リラックスヨガ 浦田めぐみ ★	16:00～17:00 ベーシックヨガ SAE ★★					16:00～17:00 調整中		15:30～16:30 ヴィンヤサ フローヨガ 相田千也子 ★★★		16:00～17:00 フローヨガ 美弥 ★★		16:30
17:00							16:00～16:10						17:00
17:30	17:00～18:00 温活タイム	17:00～18:00 温活タイム							17:00～18:00 アロマ やさしいフローヨガ 相田千也子 ★		17:00～18:00 温活タイム		17:30
18:00							17:30～18:30 調整中						18:00
18:30													18:30
19:00	19:00～19:45 肩こり腰痛改善ヨガ EIKA ★★	18:45～19:45 やさしい デトックスヨガ SAE ★											19:00
19:30	19:45～19:55	19:45～19:55											19:30
20:00													20:00
20:30	20:15～21:15 やさしい フローヨガ EIKA ★	20:15～21:15 リフレッシュヨガ 浦田めぐみ ★★											20:30
21:00											20:15～21:15 デトックスヨガ yukie ★★		21:00
21:30													21:30
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館					19:00 閉館		19:00 閉館		22:00 閉館		22:00

※全てのレッスンは定員60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。(ご持参いただいたヨガマットはお持ち込みいただけます)  
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。  
 ※温活タイムは、ヨガ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・温活タイム中は、床の上にタオルを敷いてご利用下さい。