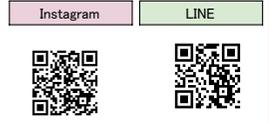


CALDO KAWOGOE STUDIO TIMETABLE
カルド川越 4月17日(金)~29日(水) スタジオスケジュール

	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)祝日
10:30												
11:00	11:00~12:00 アロマ ビューティーヨガ 住吉 千恵美 ★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	10:30~11:30 ピギナーヨガ yasuko ★	11:00~12:00 リフレッシュヨガ hito ★★	11:00~12:00 ヒーリングヨガ ACO ★	11:00~12:00 やさしい フローヨガ yuki ★	11:00~12:00 ボディメイクヨガ YUNA ★★	11:00~12:00 アロマ ビューティーヨガ 住吉 千恵美 ★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	11:00~12:00 リフレッシュヨガ hito ★★	11:00~12:00 ヒーリングヨガ ACO ★	10:30~11:30 目覚めのストレッチ ヨガ 大場 恵 ★
11:30												
12:00		12:00~13:00 ストレッチヨガ ACO ★	12:00~13:00 コアトレヨガ yasuko ★★						12:00~13:00 ストレッチヨガ ACO ★			12:00~13:00 リンパデトックスヨガ 大場 恵 ★★
12:30	12:30~13:30 ボディメイクヨガ 住吉 千恵美 ★★			12:30~13:30 ビューティーヨガ Takako ★	12:30~13:30 姿勢改善ヨガ ACO ★★	12:30~13:30 肩こり・腰痛改善 ヨガ yuki ★★	12:30~13:30 ヒーリングヨガ YUNA ★	12:30~13:30 ボディメイクヨガ 住吉 千恵美 ★★		12:30~13:30 ビューティーヨガ Takako ★	12:30~13:30 姿勢改善ヨガ ACO ★★	
13:00												
13:30		13:30~14:15 アロマデトックス ヨガ Magumi ★★	13:30~14:30 やさしいデトックス ヨガ 大場 恵 ★						13:30~14:15 アロマデトックス ヨガ masayo ★★			13:30~14:30 おしりリフトアップ ヨガ kotoho ★
14:00	14:00~15:00 ピギナーピラティス saya ★	~14:30温活タイム		14:00~14:45 冷え・むくみ改善ヨガ Takako ★★	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★	14:00~15:00 温活タイム	14:00~15:00 デトックスヨガ MAYUMI ★★	14:00~15:00 ピギナーピラティス saya ★	~14:30温活タイム	14:00~14:45 冷え・むくみ改善ヨガ Takako ★★	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★	
14:30				~15:00温活タイム						~15:00温活タイム		
15:00		15:00~16:00 ピギナーヨガ 香雪 ★	15:00~16:00 フローヨガ 大場 恵 ★★						15:00~16:00 ピギナーヨガ 香雪 ★			
15:30				15:30~16:30 アロマリラックスヨガ ミヤコ ★		15:00~16:00 ピギナーヨガ kotoho ★				15:30~16:30 アロマリラックスヨガ ミヤコ ★		15:30~16:30 温活タイム
16:00												
16:30		16:30~17:30 ワインヤサ フローヨガ EMME ★★★	16:30~17:30 アロマリラックスヨガ Miwako ★						16:30~17:30 ワインヤサ フローヨガ EMME ★★★			16:30~17:30 背中・二の腕 シェイプヨガ masayo ★
17:00												
17:30	17:30~18:30 温活タイム	↓ゆるHOT			17:30~18:00 温活タイム		17:30~18:30 ビューティーヨガ Miwako ★	17:30~18:30 温活タイム	↓ゆるHOT	17:30~18:00 温活タイム		
18:00		18:00~19:00 ピギナーピラティス EMME ★	18:00~19:00 ベーシックヨガ Miwako ★★		18:00~19:00 やさしいデトックス ヨガ Miwako ★				18:00~19:00 ピギナーピラティス EMME ★		18:00~19:00 やさしいデトックス ヨガ Miwako ★	18:00~19:00 ボディ コンディショニング ピラティス masayo ★★
18:30	18:30~19:30 パワーヨガ masayo ★★★			18:30~19:30 やさしいフローヨガ MARI ★		18:30~19:30 アロマ デトックスヨガ masayo ★★		18:30~19:30 パワーヨガ masayo ★★★		18:30~19:30 やさしいフローヨガ MARI ★		
19:00							19:00~20:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★					
19:30					19:30~20:30 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★							
20:00	20:00~21:00 陰ヨガ masayo ★	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00~21:00 ボディメイク ヨガ MARI ★★		20:00~21:00 ストレッチ ヨガ masayo ★		20:00~21:00 陰ヨガ masayo ★	20:00 閉館	20:00~21:00 ボディメイク ヨガ MARI ★★	19:30~20:30 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★	20:00 閉館
20:30												
21:00					21:00~22:00 ビューティーヨガ HARUKA ★		20:30~21:30 ベーシックヨガ yasuko ★★					
21:30											21:00~22:00 ビューティーヨガ HARUKA ★	
22:00	22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館	22:00 閉館		22:00 閉館		
22:30						22:30 閉館						22:30 閉館

※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します。



代行・レッスンスケジュール
 休館日等の情報をリアルタイムで
 ご確認いただけます！
 是非ご登録願います！

《4月休館日のお知らせ》
 6日(月) 16日(木) 26日(日) 30日(木)
《フロント受付時間》
 (月・水)10:30~16:00・18:00~21:00
 (火)10:30~15:00・17:00~21:30
 (木・金)10:30~15:00・17:00~21:00
 (土・日・祝)10:00~19:00
《ジム利用終了時間》
 (月・水・木・金)21:45
 (火)22:00
 (土・日・祝)19:30