

# CALDO KAWAGOE STUDIO TIMETABLE

## カルド川越 8月1日(土)~15日(土) スタジオスケジュール

	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)山の日	12日(水)	13日(木)時短営業	14日(金)時短営業
10:00	10:00~10:30 温活タイム	10:00~10:30 温活タイム					10:00~10:30 温活タイム	10:00~10:30 温活タイム		10:00~10:30 温活タイム			
10:30	10:30~11:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	10:30~11:30 やさしいデトックス ヨガ yasuko ★	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	10:30~11:30 やさしいデトックス ヨガ yasuko ★	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:30 ビギナーヨガ みほ ★	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:00 温活タイム	10:30~11:00 温活タイム
11:00			11:00~12:00 やさしい パワーヨガ hito ★★	11:00~12:00 ストレッチングヨガ ACO ★	11:00~12:00 フローヨガ yuki ★★	11:00~12:00 ビュティヨーガ 住吉 千恵美 ★			11:00~12:00 やさしい パワーヨガ hito ★★		11:00~12:00 フローヨガ yuki ★★	11:00~12:00 ボディメイクヨガ YUNA ★★	11:00~12:00 ビュティヨーガ 住吉 千恵美 ★
11:30													
12:00	12:00~13:00 ヒーリングヨガ ACO ★	12:00~13:00 コアトレヨガ yasuko ★★					12:00~13:00 ヒーリングヨガ ACO ★	12:00~13:00 コアトレヨガ yasuko ★★					
12:30			12:30~13:30 ビュティヨーガ Takako ★	12:30~13:30 ベーシックヨガ ACO ★★	12:30~13:30 ビギナーヨガ yuki ★	12:30~13:30 コアトレヨガ 住吉 千恵美 ★★			12:30~13:30 ビュティヨーガ Takako ★	12:30~13:30 温活タイム	12:30~13:30 ビギナーヨガ yuki ★	12:30~13:30 ヒーリングヨガ YUNA ★	12:30~13:30 コアトレヨガ 住吉 千恵美 ★★
13:00													
13:30	13:30~14:15 ベーシックヨガ Megumi ★★	13:30~14:30 リラクソスヨガ 大場 恵 ★			↓ゆるHOT		13:30~14:15 ベーシックヨガ Megumi ★★	13:30~14:30 ビギナーヨガ 大場 恵 ★		13:30~14:30 エネルギーチャージヨ ガ yasuko ★★	↓ゆるHOT		
14:00			14:00~15:00 ウーマンライフ ヨガ Takako ★★	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★	14:00~15:00 プラネタリウム 温活タイム	14:00~15:00 ビギナーピラティス saya ★			14:00~15:00 ウーマンライフ ヨガ Takako ★★		14:00~15:00 プラネタリウム 温活タイム	14:00~14:30 温活タイム	14:00~15:00 ビギナーピラティス saya ★
14:30	~14:30温活タイム						~14:30温活タイム					14:30~15:30 フローヨガ Miwako ★★	
15:00	15:00~16:00 全身リカバリー みほ ★	15:00~16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★			15:00~16:00 ビュティヨーガ kotoho ★		15:00~16:00 全身リカバリー みほ ★	15:00~16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★		15:00~16:00 経絡ツボヨガ 〜夏の養生〜 Miwako ★	15:00~16:00 ビュティヨーガ kotoho ★		
15:30			15:30~16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★		↑ゆるHOT				15:30~16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★		↑ゆるHOT		15:30~16:30 プラネタリウム 温活タイム
16:00													
16:30	16:30~17:30 ヴィンヤサ フローヨガ EMME ★★★	16:30~17:30 ビギナーヨガ NANA ★					16:30~17:30 ヴィンヤサ フローヨガ EMME ★★★	16:30~17:30 アロマ ビュティヨーガ Miwako ★		16:30~17:30 デトックスシェイプ ヨガ Meiko ★★		16:30~17:30 アロマリラックスヨガ yasuko ★	16:30~17:30 パワーヨガ masayo ★★★
17:00													
17:30	↓ゆるHOT			17:30~18:00 温活タイム			↓ゆるHOT					↓ゆるHOT	
18:00	18:00~19:00 ビギナーピラティス EMME ★	18:00~19:00 ベーシックヨガ Mariko ★★		18:00~19:00 ビギナーヨガ 麻衣 ★	18:00~19:00 ストレッチングヨガ masayo ★	18:30~19:30 パワーヨガ masayo ★★★	18:00~19:00 ビギナーピラティス EMME ★	18:00~19:00 ベーシックヨガ Miwako ★★	18:00~19:00 全身リカバリー Mariko ★		18:00~19:00 ストレッチングヨガ masayo ★	18:00~19:00 ベーシックヨガ yasuko ★★	18:00~19:00 陰ヨガ masayo ★
18:30			18:30~19:30 やさしい フローヨガ MARI ★						18:30~19:30 やさしい フローヨガ MARI ★				
19:00													
19:30				19:30~20:30 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★									
20:00	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 ピラティス masayo ★★	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 閉館	20:00~21:00 ピラティス masayo ★★	20:00 閉館	20:00 閉館
20:30													
21:00				21:00~22:00 ビュティヨーガ HARUKA ★									
21:30													
22:00			22:00 閉館									22:00 閉館	
22:30				22:30 閉館									

- ※全てのレッスンは定員40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。
- ※温活タイムは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入出可可能です。
- ※レッスン中はタオルを敷いてご利用下さい。



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  
ご確認くださいませ！  
是非ご登録お願いいたします♪

**《8月休館日のお知らせ》**  
6日(木) 15日(土) 16日(日) 19日(水) 31日(月)

**《時短営業日のお知らせ》**  
13日(木)・14(金) 10:30~20:00  
**《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