

CALDO KAWGOE STUDIO TIMETABLE
カルド川越 10月1日(木)～15日(木) スタジオスケジュール

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	7日(水)	8日(木)		9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月・祝)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	
10:00			10:00～10:30 温活タイム	10:00～10:30 温活タイム				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	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	10:30～11:00 温活タイム	10:30～11:00 温活タイム	10:30	10:30～11:00 温活タイム	10:30～11:30 ビギナーヨガ みほ ★	10:30～11:30 やさしいデトックス ヨガ yasuko ★	特別イベント ヨガ& アーユルヴェーダ 10:30～12:00 ミヤコ ★	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	11:00～12:00 ボディメイクヨガ YUNA ★★	11:00～12:00 ビューティーヨガ 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	11:00～12:00 ビューティーヨガ 住吉 千恵美 ★				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 アロマリラクソスヨガ waki ★	11:00
11:30								11:30		リカバリーボール使用						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		12:00～13:00 全身リカバリー みほ ★	12:00～13:00 コアトレヨガ yasuko ★★				リカバリーボール使用	12:00
12:30	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 ★★			12:30～13:30 ビューティーヨガ Takako ★	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	12:30～13:30 コアトレヨガ 住吉 千恵美 ★★			12:30～13:30 やさしいパワーヨガ hito ★★	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 全身リカバリー misono ★	12:30
13:00								13:00								13:00
13:30			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 ★		↓ゆるHOT		13:30		13:30～14:15 ベーシックヨガ Megumi ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ みほ ★			↓ゆるHOT		13:30
14:00	14:00～15:00 デトックスヨガ misono ★★	14:00～15:00 ビギナーピラティス saya ★	～14:30温活タイム		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	14:00～15:00 デトックスヨガ misono ★★	14:00	14:00～15:00 ビギナーピラティス saya ★	～14:30温活タイム		14:00～14:45 アロマリラクソスヨガ Takako ★	14:00～15:00 アロマリラクソスヨガ yasuko ★	14:00～15:00 プラネタリウム 温活タイム	14:00～15:00 デトックスヨガ misono ★★	14:00
14:30								14:30								14:30
15:00			15:00～16:00 リラクソスヨガ 香雪 ★	15:00～16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★				15:00		15:00～16:00 リラクソスヨガ 香雪 ★		15:15～16:00 肩こり腰痛改善ヨガ Takako ★★		15:00～16:00 ビューティーヨガ kotoho ★		15:00
15:30								15:30								15:30
16:00						↑ゆるHOT		16:00			16:00～16:30 温活タイム		↑ゆるHOT			16:00
16:30			16:30～17:30 ヴィンヤサ フローヨガ EMME ★★★	16:30～17:30 アロマ ビューティーヨガ Miwako ★				16:30	16:30～17:30 ヴィンヤサ フローヨガ EMME ★★★	16:30～17:30 アロマ ビューティーヨガ Miwako ★	16:30～17:30 アロマ ビューティーヨガ Miwako ★	16:30～17:30 コアトレヨガ MARI ★★				16:30
17:00								17:00								17:00
17:30	17:30～18:30 フローヨガ Miwako ★★	17:30～18:30 プラネタリウム 温活タイム	↓ゆるHOT				17:30～18:30 フローヨガ Miwako ★★	17:30	17:30～18:30 プラネタリウム 温活タイム	↓ゆるHOT		リカバリーボール使用	17:30～18:30 ビギナーヨガ NANA ★		17:30～18:30 フローヨガ Miwako ★★	17:30
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 Miwako ★★				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 Miwako ★★	18:00～19:00 全身リカバリー misono ★		18:30～19:30 ビラティス masayo ★★		18:00
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 ビラティス masayo ★★		18:30	18:30～19:30 パワーヨガ masayo ★★★							18:30
19:00	19:00～20:00 アロマリラクソスヨガ yasuko ★						19:00～20:00 アロマリラクソスヨガ yasuko ★	19:00	19:00～20:00 アロマリラクソスヨガ yasuko ★★★				19:00～20:00 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★		19:00～20:00 ヒーリングヨガ yasuko ★	19:00
19:30								19:30								19:30
20:00	↓ゆるHOT	20:00～21:00 膝ヨガ 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 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT	20:00	20:00～21:00 膝ヨガ masayo ★	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00 閉館		20:00～21:00 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT	20:00
20:30	20:30～21:30 ベーシックヨガ yasuko ★★						20:30～21:30 ベーシックヨガ yasuko ★★	20:30					20:30～21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★		20:30～21:30 ベーシックヨガ yasuko ★★	20:30
21:00								21:00								21:00
21:30								21:30								21:30
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館			22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00	22:00 閉館				22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00
22:30								22:30								22:30

※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能です。

※レッスン中はタオルを敷いてご利用下さい。

Instagram



LINE



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♪

《10月休館日のお知らせ》
6日(火) 16日(金) 26日(月) 31日(土)

《フロント受付時間》
(月・水) 10:30～16:00・18:00～21:00
(火・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》
(平日) 21:45
(土・日・祝) 19:30