

CALDO KAWGOE STUDIO TIMETABLE
カルド川越 10月17日(土)～30日(金) スタジオスケジュール

	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)		24日(土)	25日(日)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
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	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	10:30～11:00 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
11:00			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 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			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 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
11:30								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 ヒーリングヨガ ACO ★	12:00～13:00 コアトレヨガ yasuko ★★					12:00
12:30			12:30～13:30 ビューティーヨガ Takako ★	12:30～13:30 ベーシックヨガ ACO ★★	12:30～13:30 ビギナーヨガ yuki ★	12:30～13:15 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			12:30～13:30 ベーシックヨガ ACO ★★	12:30～13:30 ビギナーヨガ yuki ★	12:30～13:15 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
13:00						～13:30温活タイム		13:00					～13:30温活タイム		
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 大場 恵 ★		↓ゆるHOT			13:30
14:00	～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 アロマリラクゼーション 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 ★★	14:00～15:00 ビギナーピラティス saya ★	14:00	～14:30温活タイム		14:00～15:00 アロマリラクゼーション 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 ★★	14:00～15:00 ビギナーピラティス saya ★	14:00
14:30								14:30	※リカバリーポール使用						
15:00	15:00～16:00 ビギナーヨガ みほ ★	15:00～16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★						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
15:30			15:30～16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★		↑ゆるHOT			15:30				↑ゆるHOT			15:30
16:00								16:00							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 ★		※リカバリーポール使用				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
17:00								17:00							17:00
17:30	↓ゆるHOT							17:30	↓ゆるHOT		17:30～18:30 ビギナーヨガ NANA ★		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	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 ★★		17:30～18:30 全身リカバリー みほ ★		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	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
18:30			18:30～19:30 やさしい フローヨガ MARI ★		18:30～19:30 ボディ コンディショニング ヨガ masayo ★★		18:30～19:30 パワーヨガ masayo ★★★	18:30				18:30～19:30 ボディ コンディショニング ヨガ masayo ★★		18:30～19:30 パワーヨガ masayo ★★★	18:30
19:00				19:00～20:00 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★		19:00～20:00 アロマリラクゼーション yasuko ★		19:00			19:00～20:00 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★		19:00～20:00 アロマリラクゼーション yasuko ★		19:00
19:30								19:30							19:30
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 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT	20:00～21:00 膝ヨガ masayo ★	20:00	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	20:00～21:00 膝ヨガ masayo ★	20:00
20:30				20:30～21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★		20:30～21:15 ベーシックヨガ yasuko ★★		20:30			20:30～21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★		20:30～21:15 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

※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。スタジオは自由に出入り可能です。

※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