

CALDO KAWGOE STUDIO TIMETABLE

カルド川越 11月1日(日)～15日(日) スタジオスケジュール

	1日(日)	2日(月)	3日(火・祝)	4日(水)	5日(木)	7日(土)	8日(日)		9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	
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						10:00～10:30 温活タイム	10:00～10:30 温活タイム	10:00
10:30	10:30～11:30 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 全身体力バー 長島博美 ★	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	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	10:30～11:30 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		11:00～12:00 やさしい パワーヨガ hito ★★	リカ/リーボール使用	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 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
11:30								11:30								
12:00	12:00～13:00 コアトレヨガ yasuko ★★		12:00～13:00 バランスポーズで ボディメイクヨガ yasuko ★★			12:00～13:00 ヒーリングヨガ ACO ★	12:00～13:00 コアトレヨガ yasuko ★★	12:00						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 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 ビューティーヨガ Takako ★	12:30～13:15 ベージュヨガ ACO ★★	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 ★★			12:30
13:00								13:00		～13:30温活タイム						
13:30	13:30～14:15 ビギナーヨガ 大場 恵 ★		13:30～14:30 アロマリラックス ヨガ yasuko ★	↓ゆるHOT		13:30～14:15 ビギナーヨガ 大場 恵 ★		13:30			↓ゆるHOT			13:30～14:30 デトックスヨガ NANA ★★	13:30～14:15 ビギナーヨガ 大場 恵 ★	13:30
14:00	～14:30温活タイム	14:00～14:45 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 ベージュヨガ みほ ★★		～14:30温活タイム	14:00	14:00～14:45 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 ベージュヨガ みほ ★★	14:00～15:00 ビギナーピラティス saya ★	リカ/リーボール使用	～14:30温活タイム	14:00
14:30		～15:00温活タイム				14:30～15:00 温活タイム		14:30	～15:00温活タイム							
15:00	15:00～16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★			15:00～16:00 ビューティーヨガ kotoho ★		15:00～16:00 リラク্সヨガ 音音 ★	15:00～16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★	15:00			15:00～16:00 ビューティーヨガ kotoho ★			15:00～16:00 全身体力バー 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 ★						15:30	15:30～16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★							
16:00			16:00～16:30 温活タイム	↑ゆるHOT				16:00			↑ゆるHOT					
16:30	16:30～17:30 アロマ ビューティーヨガ Miwako ★		16:30～17:30 パワーヨガ 麻衣 ★★★			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
17:00								17:00								
17:30					17:30～18:30 フローヨガ Miwako ★★	↓ゆるHOT		17:30		17:30～18:30 ビギナーヨガ みほ ★		17:30～18:30 フローヨガ Miwako ★★		↓ゆるHOT		17:30
18:00	18:00～19:00 ベージュヨガ Miwako ★★		18:00～19:00 やさしいデトックス ヨガ 麻衣 ★	18:30～19:30 ピラティス ★★		18:00～19:00 ビギナーピラティス EMME ★	18:00～19:00 ベージュヨガ Miwako ★★	18:00	18:30～19:30 やさしい フローヨガ MARi ★		18:30～19:30 ピラティス masayo ★★		17:30～18:30 プラネタリウム 温活タイム	18:00～19:00 ビギナーピラティス EMME ★	18:00～19:00 ベージュヨガ Miwako ★★	18:00
18:30		18:30～19:30 やさしい フローヨガ ★						18:30				18:30～19:30 パワーヨガ masayo ★★★				
19:00					19:00～20:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★			19:00	19:00～20:00 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★			19:00～20:00 アロマリラックスヨガ yasuko ★				19:00
19:30								19:30								
20:00	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 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT			20:00	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 ヨガ masayo ★	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00
20:30					20:30～21:30 ベージュヨガ yasuko ★★			20:30				20:30～21:30 ベージュヨガ yasuko ★★				20:30
21:00								21:00								
21:30								21:30								
22:00		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 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。

※スタジオへのバスアール、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



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♪

LINE



《11月休館日のお知らせ》
6日(金) 16日(月) 26日(木) 30日(月)

《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