CALDO KAWGOE STUDIO TIMETABLE
カルド川越 12月1日(火)〜15日(火) スタジオスケジュール

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)
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		
10:30	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	10:30〜11:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	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 温活タイム	10:30〜11:00 温活タイム
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 ★		11:00〜12:00 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 ★			11:00〜12:00 やさしい パワーヨガ hito ★★	11:00〜12:00 ストレッチングヨガ ACO ★
12:00					12:00〜13:00 ヒーリングヨガ ACO ★						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	12:30〜13:15 ベーシックヨガ 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 シェイプアップヨガ 住吉 千恵美 ★★★		12:30〜13:30 ビューティーヨガ Takako ★	12:30〜13:15 ベーシックヨガ 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 シェイプアップヨガ 住吉 千恵美 ★★★			12:30〜13:30 ビューティーヨガ Takako ★	12:30〜13:15 ベーシックヨガ ACO ★★
13:00	～13:30温活タイム						～13:30温活タイム							～13:30温活タイム
13:30		↓ゆるHOT	※リカバリーボール使用					↓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 ★		
14:00	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 全身リカバリー みほ ★	14:00〜15:00 ビギナーヨガ みほ ★	14:30〜15:00 温活タイム	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 ベーシックヨガ みほ ★★	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 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 ★
14:30						～15:00温活タイム							～15:00温活タイム	
15:00		15:00〜16:00 ビューティーヨガ kotoho ★			15:00〜16:00 リラックスヨガ 香雪 ★	15:30〜16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★		15:00〜16:00 ビューティーヨガ kotoho ★			15:00〜16:00 リラックスヨガ 香雪 ★	15:00〜16:00 骨盤調整ヨガ 大場 恵 ★★	15:30〜16:30 ストレッチングヨガ ミヤコ ★	
15:30														
16:00		↑ゆるHOT			16:30〜17:30 ヴィンヤサ フローヨガ EMME ★★★			↑ゆるHOT			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 ★		※リカバリーボール使用
16:30														
17:00														
17:30	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					17:30〜18:30 フローヨガ Miwako ★★	17:30〜18:30 プラネタリウム 温活タイム				17:30〜18:30 全身リカバリー 長島博美 ★
18:00					↓ゆるHOT 18:00〜19:00 ビギナーピラティス EMME ★		18:00〜19:00 温活タイム				↓ゆるHOT 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 ★★		
18:30		18:30〜19:30 ピラティス 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 ★		18:30〜19:30 ピラティス 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 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 ★				19:00〜20:00 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 ★					19:00〜20:00 シェイプアップヨガ HARUKA ★★★
19:30														
20:00		20:00〜20:45 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT	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 ★★		20:00〜20:45 ストレッチングヨガ masayo ★	↓ゆるHOT	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 ★★	
20:30	20:30〜21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★	～21:00温活タイム	20:30〜21:30 リフレッシュヨガ yasuko ★★				20:30〜21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★	～21:00温活タイム	20:30〜21:30 リフレッシュヨガ yasuko ★★					20:30〜21:30 ヒーリングヨガ HARUKA ★
21:00														
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 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館			22:00 閉館	22:00 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 途中入退室はお断り 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
ご確認いただけます！
是非ご登録お願いいたします♪

《12月休館日のお知らせ》
6日(日) 16日(水) 26日(土)
30日(水) 31日(木)
《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