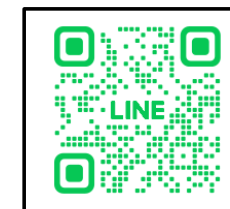


CALDO KAWAGUCHI STUDIO TIMETABLE
 カルド川口 5月1日(金)~5月15日(金) スタジオスケジュール

	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)
9:00				祝日プログラム	祝日プログラム	祝日プログラム									
9:30															
10:00															
10:30		10:30~11:30 リフレッシュヨガ YUMI ★★	10:30~11:30 ビギナーヨガ 辻 陽子 ★	10:30~11:30 美呼吸ヨガ moe ★	10:30~11:30 モーニング フローヨガ KAORU ★★	10:30~11:30 ファンクショナル フローヨガ 小室 圭子 ★	10:30~11:30 陰ヨガ 佐藤 亮子 ★		10:30~11:30 リフレッシュヨガ YUMI ★★	10:30~11:30 ビギナーヨガ hito ★	10:30~11:30 デトックスヨガ moe ★★	10:30~11:30 アロマヒーリング ヨガ 柳原 友花里 ★	10:30~11:30 フローヨガ ひとみ ★★	10:30~11:30 陰ヨガ 佐藤 亮子 ★	
11:00															
11:30															
12:00		12:00~13:00 リラックスヨガ 柳原 友花里 ★	12:00~13:00 シェイプアップ ヨガ 辻 陽子 ★★	12:00~13:00 アロマ リフレッシュヨガ yasuko ★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ KAORU ★	12:00~13:00 ボディメイク エクササイズ 小室 圭子 ★★	12:00~12:45 フローヨガ 佐藤 亮子 ★★		12:00~13:00 リラックスヨガ 柳原 友花里 ★	12:00~13:00 シェイプアップ ヨガ hito ★★	12:00~13:00 アロマヒーリング ヨガ yasuko ★	12:00~13:00 骨盤 コンディショニング ヨガ 柳原 友花里 ★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ 加藤 恵 ★	12:00~12:45 フローヨガ 佐藤 亮子 ★★	
12:30			ゆるHOT36°C												
13:00															
13:30		13:30~14:30 姿勢改善ヨガ yasuko ★★	13:30~14:30 リラックスヨガ mari ★	13:30~14:30 優しい 腰痛改善ヨガ yasuko ★	13:30~14:30 バランス ワークヨガ 小室 圭子 ★★	13:30~14:30 全裸ポーズ! ゆったりゆるめる ヨガ misato ★	13:30~14:30 リフレッシュヨガ MARI ◆		13:30~14:30 姿勢改善ヨガ yasuko ★★	13:30~14:30 リラックスヨガ mari ★	13:00~15:00 温活タイム				13:30~14:30 リフレッシュヨガ MARI ◆
14:00															ゆるHOT36°C
14:30								ゆるHOT36°C							
15:00		15:00~16:00 ビギナーヨガ misato ★	15:00~16:00 姿勢改善ヨガ 佐藤 亮子 ★★	14:30~16:00 温活タイム	15:00~16:00 アロマ陰ヨガ 小室 圭子 ★	15:00~16:00 Flow Music ヨガ misato ★★			15:00~16:00 ビギナーヨガ misato ★	15:00~16:00 姿勢改善ヨガ hito ★★		女性専用	15:00~16:00 Woman ビューティーヨガ Nagisa ★	14:30~15:30 ボディメイク エクササイズ 小室 圭子 ★★	
15:30													ゆるHOT36°C		
16:00															
16:30	休館日	16:30~17:30 パワーヨガ 佐藤 亮子 ★★	16:30~17:30 やさしい フローヨガ 小室 圭子 ★	16:30~17:30 FITヨガ ひとみ ★★	16:30~17:30 デトックスヨガ hito ★★	16:00~17:30 温活タイム	16:30~17:30 ボディメイクヨガ ひとみ ★★		16:30~17:30 パワーヨガ 佐藤 亮子 ★★	16:30~17:30 やさしい フローヨガ 小室 圭子 ★	15:45~16:30 ボディ コンディショニング YUNA ★★	16:30~17:15 ボディメイク Nagisa ★★	16:00~16:45 やさしい デトックス 小室 圭子 ★	16:30~17:30 ボディメイク ひとみ ★★	
17:00		ゆるHOT36°C		ゆるHOT36°C					ゆるHOT36°C						
17:30															
18:00		18:00~19:00 陰ヨガ 佐藤 亮子 ★	18:00~19:00 ボディメイク エクササイズ 小室 圭子 ★★	18:00~19:00 陰ヨガ ひとみ ★	18:00~19:00 安眠ヨガ hito ★	18:00~19:00 股関節 柔軟性UPヨガ ひとみ ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ ひとみ ★		18:00~19:00 陰ヨガ 佐藤 亮子 ★	18:00~19:00 ボディメイク エクササイズ 小室 圭子 ★★	18:15~19:00 ボディメイク ひとみ ★★	18:15~19:00 やさしい デトックス 小室 圭子 ★	17:30~19:00 温活タイム	18:00~19:00 ビギナーヨガ ひとみ ★	
18:30			ゆるHOT36°C												
19:00															
19:30															
20:00		20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	19:30~20:30 リフレッシュヨガ shiori ★★		20:00閉館	20:00閉館	19:30~20:30 リラックス ヨガ hito ★	19:30~20:30 ヴィンヤサ フローヨガ 小室 圭子 ★★	19:30~20:30 ストレッチ ヨガ MAKO ★	19:30~20:30 リフレッシュ shiori ★★	
20:30												ゆるHOT36°C			
21:00															
21:30							21:00~22:00 ビューティー shiori ★				21:00~22:00 アロマ akari ★★	21:00~22:00 アロマ misato ★	21:00~22:00 ベージュ MAKO ★★	21:00~22:00 ビューティー shiori ★	
22:00											ゆるHOT36°C		ゆるHOT36°C		
22:30															
23:00							23:00 閉館								

※全てのレッスンは定員65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に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。
 ※溶岩タイムは、プレミアム会員様・溶岩OPを付けている会員様のみ、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入退室可能です。
 ※レッスン中・溶岩タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。
 ※スタジオからご退室の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。



LINE



Instagram