CALDO KAWAGUCHI STUDIO TIMETABLE
カルド川口　11月16日(月)～11月30日(月) スタジオスケジュール

	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)	11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月22日(日)
9:00							
9:30							
10:00							
10:30	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 ★		10:30～11:30 リフレッシュヨガ YUMI ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ hito ★
11:00							
11:30							
12:00	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 ビューティーヨガ mari ★	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 ★★★ ゆるHOT36℃
12:30							
13:00	13:00～15:00 温活タイム						
13:30				13:30～14:30 リフレッシュヨガ ◆MARI◆ ★★ ゆるHOT36℃		13:30～14:30 姿勢改善ヨガ yasuko ★★	13:30～14:30 リラックスヨガ mari ★
14:00							
14:30		女性専用	14:30～15:30 ボディメイク エクササイズ 小室　圭子 ★★ ゆるHOT36℃				
15:00		15:00～16:00 Woman ビューティーヨガ Nagisa ★				15:00～16:00 ビギナーヨガ misato ★	15:00～16:00 リフレッシュヨガ Ryu ★★
15:30							
16:00	15:45～16:30 ボディ コンディショニング ヨガ YUNA ★★ ゆるHOT36℃		16:00～16:45 やさしい デトックスヨガ 小室　圭子 ★				
16:30		16:30～17:15 ボディメイクヨガ Nagisa ★★		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 ★★★ ゆるHOT36℃	16:30～17:30 やさしい フローヨガ 小室　圭子 ★
17:00	17:00～17:45 ストレッチングヨガ YUNA ★						
17:30			17:30～19:00 温活タイム				
18:00				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 ★★ ゆるHOT36℃
18:30	18:15～19:00 ボディメイクヨガ ひとみ ★★	18:15～19:00 やさしい デトックスヨガ 小室　圭子 ★					
19:00							
19:30	19:30～20:30 やさしい FlowMusicヨガ misato ★	19:30～20:30 ヴィンヤサ フローヨガ 小室　圭子 ★★★ ゆるHOT36℃	19:30～20:30 ストレッチング ヨガ MAKO ★	19:30～20:30 リフレッシュヨガ shiori ★★		20:00閉館	20:00閉館
20:00							
20:30							
21:00	21:00～22:00 温活タイム	21:00～22:00 アロマヒーリング ヨガ misato ★	21:00～22:00 ベーシックヨガ MAKO ★★ ゆるHOT36℃	21:00～22:00 ビューティーヨガ shiori ★			
21:30							
22:00							
22:30	23:00　閉館	23:00　閉館	23:00　閉館	23:00　閉館			

	11月23日(月)	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)	11月28日(土)	11月29日(日)	11月30日(月)
9:00	祝日プログラム							
9:30								
10:00								
10:30	10:30～11:30 FIT YOGA ひとみ ★★★	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 ★		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 ★★
11:00								
11:30	ゆるHOT36℃							
12:00	12:00～13:00 陰ヨガ ひとみ ★	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 ビューティーヨガ mari ★	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 ★
12:30							ゆるHOT36℃	
13:00								13:00～15:00 温活タイム
13:30	13:30～14:30 バランスポーズで シェイプアップヨガ yasuko ★★			13:30～14:30 リフレッシュヨガ ◆MARI◆ ★★ ゆるHOT36℃		13:30～14:30 姿勢改善ヨガ yasuko ★★	13:30～14:30 リラックスヨガ mari ★	
14:00								
14:30		女性専用	14:30～15:30 ボディメイク エクササイズ 小室　圭子 ★★ ゆるHOT36℃					
15:00	15:00～16:00 アロマ香る やさしい デトックスヨガ yasuko ★	15:00～16:00 Woman ビューティーヨガ Nagisa ★				15:00～16:00 ビギナーヨガ misato ★	15:00～16:00 リフレッシュヨガ Ryu ★★	
15:30								
16:00			16:00～16:45 やさしい デトックスヨガ 小室　圭子 ★					15:45～16:30 ボディ コンディショニング ヨガ YUNA ★★ ゆるHOT36℃
16:30	16:30～17:30 ボディメイク ピラティス 小室　圭子 ★★～★★★	16:30～17:15 ボディメイクヨガ Nagisa ★★		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 ★★★ ゆるHOT36℃	16:30～17:30 やさしい フローヨガ 小室　圭子 ★	
17:00								17:00～17:45 ストレッチングヨガ YUNA ★
17:30			17:30～19:00 温活タイム					
18:00	18:00～19:00 肩と肩甲骨の 機能性アップヨガ 小室　圭子 ★			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 ★★ ゆるHOT36℃	18:15～19:00 ボディメイクヨガ ひとみ ★★
18:30		18:15～19:00 やさしい デトックスヨガ 小室　圭子 ★						
19:00								
19:30	20:00閉館	19:30～20:30 ヴィンヤサ フローヨガ 小室　圭子 ★★★ ゆるHOT36℃	19:30～20:30 ストレッチング ヨガ MAKO ★ ゆるHOT36℃	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 やさしい FlowMusicヨガ misato ★
20:00								
20:30								
21:00		21:00～22:00 アロマヒーリング ヨガ misato ★	21:00～22:00 ベーシックヨガ MAKO ★★	21:00～22:00 ビューティーヨガ shiori ★ ゆるHOT36℃				21:00～22:00 温活タイム
21:30								
22:00								
22:30		23:00　閉館	23:00　閉館	23:00　閉館				23:00　閉館

休館日

※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。
※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。スタジオは自由に出入り可能です。
※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。
※スタジオからご退出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