

CALDO SHIKI STUDIO TIMETABLE
カルド志木 8月1日(土)～ 8月15日(土) スタジオスケジュール

	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月8日(土)	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)	
9:00	9:00～10:00 アロマ陰ヨガ MIYUKI ★ 	9:00～10:00 ヒーリングヨガ kotoho ★					9:00～10:00 アロマ陰ヨガ MIYUKI ★ 	9:00～10:00 ヒーリングヨガ kotoho ★					休館日	休館日	9:00
9:30															9:30
10:00															10:00
10:30	10:30～11:30 ボディメイクヨガ MIYUKI ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ kotoho ★	10:30～11:30 ピラティス masayo ★★	10:30～11:30 ビューティーヨガ 麻衣 ★	10:30～11:30 姿勢改善ヨガ Takako ★★	10:30～11:30 リラックスヨガ ACO ★	10:30～11:30 ボディメイクヨガ MIYUKI ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ kotoho ★	10:30～11:30 ピラティス masayo ★★		10:30～11:30 姿勢改善ヨガ 辻 陽子 ★★				10:30
11:00															11:00
11:30															11:30
12:00	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ さおり ★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ Mariko ★★	12:00～13:00 ビギナーヨガ masayo ★	12:00～12:45 デトックスヨガ 麻衣 ★★	12:00～13:00 アロマヒーリングヨガ Takako ★ 	12:00～13:00 肩こり・腰痛改善ヨガ yasuko ★★	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ さおり ★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ Mariko ★★	12:00～13:00 ビギナーヨガ masayo ★		12:00～13:00 アロマヒーリングヨガ 辻 陽子 ★ 				12:00
12:30															12:30
13:00															13:00
13:30															13:30
14:00			13:30～14:30 ベーシックヨガ ANNA ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ みほ ★	13:30～14:30 リフレッシュヨガ ACO ★★	13:30～14:30 やさしい デトックスヨガ yasuko ★			13:30～14:30 ベーシックヨガ ANNA ★★		13:30～14:30 リフレッシュヨガ ACO ★★				14:00
14:30	14:30～15:30 シェイプアップ ヨガ 住吉 千恵美 ★★★	14:30～15:30 アロマ ストレッチングヨガ 住吉 千恵美 ★ 	15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ACO ★		14:30～15:30 シェイプアップ ヨガ 住吉 千恵美 ★★★	14:30～15:30 アロマ ストレッチングヨガ 住吉 千恵美 ★ 	15:00～16:00 リラックスヨガ ANNA ★		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ACO ★				14:30
15:00															15:00
15:30															15:30
16:00	16:00～17:00 ビューティーヨガ 住吉 千恵美 ★	16:00～17:00 ボディメイクヨガ 小林 亜希 ★★					16:00～17:00 ビューティーヨガ 住吉 千恵美 ★	16:00～17:00 ボディメイクヨガ 小林 亜希 ★★							16:00
16:30															16:30
17:00															17:00
17:30		17:30～18:30 ビューティーヨガ IKUKO ★						17:30～18:30 ビューティーヨガ IKUKO ★							17:30
18:00	18:00 閉館		18:00～19:00 陰ヨガ MIYUKI ★	18:00～19:00 ボディ コンディショニングヨガ MARI ★★	18:00～19:00 ヴィンヤサフローヨガ MARI ★★★	18:00～19:00 アロマ ストレッチングヨガ ORINA ★ 	18:00 閉館	18:00 閉館	18:00～19:00 やさしいフローヨガ YOKO ★		18:00～19:00 ヴィンヤサフローヨガ MARI ★★★				18:00
18:30															18:30
19:00		19:00 閉館						19:00 閉館							19:00
19:30			19:30～20:30 ボディメイクヨガ yasuko ★★	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ Ree ★ 	19:30～20:30 ビギナーヨガ MARI ★	19:30～20:30 やさしいパワーヨガ さおり ★★			19:30～20:30 ボディメイクヨガ yasuko ★★		19:30～20:30 ビギナーヨガ MARI ★				19:30
20:00															20:00
20:30															20:30
21:00			21:00～22:00 ストレッチングヨガ yasuko ★	21:00～22:00 ベーシックヨガ Ree ★★	21:00～22:00 フローヨガ norico ★★	21:00～22:00 ビューティーヨガ さおり ★			21:00～22:00 ストレッチング ヨガ yasuko ★		21:00～22:00 フローヨガ norico ★★				21:00
21:30															21:30
22:00															22:00
22:30			22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館		22:30 閉館	22:30 閉館		22:30 閉館				22:30