

# CALDO MINAMIKASHIWA STUDIO TIMETABLE

## カルド南柏 6月16日(火)~6月30日(火)スタジオスケジュール

週によってクラスの時間・強度・先生が異なる場合がございます。  
 予めご確認のうえ、ご来館をお願いいたします。

CALDO南柏 誕生祭最終日		週によってクラスの時間・強度・先生が異なる場合がございます。 予めご確認のうえ、ご来館をお願いいたします。													
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)	
10:00 10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	10:00~10:30 溶岩タイム	
10:30 10:30~11:30 ヨガティス miho ★	10:30~11:30 身盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	10:30~11:30 ストレッチングヨガ miho ★	10:30~11:30 ピラティス ヤマダ テアキ ★★	10:30~11:30 フロアヨガ yumi ★★	10:30~11:30 フロアヨガ りさ ★★	10:30~11:30 フロアヨガ りさ ★★	10:30~11:30 ヨガティス miho ★	10:30~11:30 ボディメイクヨガ Sawa ★★	10:30~11:30 ストレッチングヨガ miho ★	10:30~11:30 ピラティス ヤマダ テアキ ★★	10:30~11:30 ピギナーピラティス めぐ ★	10:30~11:30 グルーヴフロアヨガ yumi ★★	10:30~11:30 フロアヨガ りさ ★★	10:30~11:30 フロアヨガ りさ ★★	
11:30					11:30~11:45						11:30~11:45	11:30~11:45			
12:00 12:00~13:00 美輪ベーンシックヨガ Sawa ★★	12:00~12:45 アロマ リラックスヨガ YOSHIKO ★	12:00~12:45 リフレッシュヨガ Chai ★★	12:00~13:00 やさしい デトックスヨガ ヤマダ テアキ ★		12:15~13:15 アロマ ビューティーヨガ らん ★	12:00~12:45 ビューティーヨガ りさ ★	12:00~13:00 身盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	12:00~12:45 アロマ リラックスヨガ YOSHIKO ★	12:00~12:45 リフレッシュヨガ Chai ★★	12:00~13:00 やさしい デトックスヨガ ヤマダ テアキ ★	12:15~13:00 リラックスヨガ YOUICHI ★	12:15~13:15 アロマ ビューティーヨガ らん ★		12:00~12:45 ビューティーヨガ りさ ★	
12:30															
13:00 13:00~13:30 溶岩タイム	12:45~13:15 溶岩タイム						13:00~13:30 溶岩タイム	12:45~13:15 溶岩タイム							
13:30		13:15~14:00 リラックスヨガ SUN ★	13:00~14:00 溶岩タイム						13:15~14:00 ヒーリングヨガ Sawa ★	13:00~14:00 溶岩タイム					
14:00 14:00~14:45 むくみ解消！ ビューティーヨガ kotoho ★	13:45~14:45 やさしいフロアヨガ YOSHIKO ★				13:45~14:30 リフレッシュヨガ らん ★★	13:15~14:15 アロマ リラックスヨガ Chai ★	14:00~14:45 ビューティーヨガ kotoho ★	13:45~14:45 やさしいフロアヨガ YOSHIKO ★			13:30~14:30 シェイプアップヨガ YOUICHI ★★	13:45~14:30 リフレッシュヨガ らん ★★	13:15~14:15 アロマ リラックスヨガ Chai ★		
14:30	14:45~15:00	14:30~15:15 コアレヨガ SUN ★★			14:30~14:45						14:30~14:45	14:30~14:45			
15:00		15:15~15:30				14:45~15:45 ベーンシックヨガ SUN ★★			14:30~15:30 やさしいパワーヨガ Sawa ★★	14:30~15:15 ボディメイクヨガ CHIAKI ★★			14:45~15:45 ピギナーヨガ SUN ★		
15:30 15:30~16:30 アロマ ストレッチングヨガ ヤマダ テアキ ★	15:30~16:30 リフレッシュヨガ CHIAKI ★★			休館日	15:15~16:15 リラックスヨガ kotoho ★		15:30~16:30 アロマ ストレッチングヨガ ヤマダ テアキ ★	15:30~16:30 リフレッシュヨガ CHIAKI ★★			15:15~16:00 ピギナーヨガ Sawa ★	15:15~16:15 リラックスヨガ kotoho ★		14:45~15:45 ピギナーヨガ SUN ★	
16:00		16:00~17:00 やさしいフロアヨガ YOSHIKO ★	15:45~16:45 アロマ リラックスヨガ CHIAKI ★			16:15~17:00 やさしい デトックスヨガ SUN ★			16:00~17:00 やさしいフロアヨガ YOSHIKO ★	15:45~16:45 アロマ リラックスヨガ CHIAKI ★				16:15~17:00 デトックスヨガ SUN ★★	
16:30 16:30~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 溶岩タイム	17:00~17:30 溶岩タイム	16:45~17:30 溶岩タイム		16:45~17:30 ベーンシックヨガ kotoho ★★	17:00~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 溶岩タイム	17:00~17:30 溶岩タイム	16:45~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 ビューティーヨガ Sawa ★	16:45~17:30 ベーンシックヨガ kotoho ★★	17:00~17:30 溶岩タイム		
17:30											17:30~17:45				
18:00 18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム		18:00~19:00 やさしいフロアヨガ Shione ★	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム			18:00~19:00 やさしいフロアヨガ Chai ★	18:00~18:30 溶岩タイム	
18:30 18:30~19:30 ポーズ多めの フロアヨガ tetsuo ★★	18:30~19:15 梅雨だる改善！ 経絡フロアヨガ HIRONO ★★	18:30~19:30 ピギナーヨガ Mii ★	18:30~19:30 ビューティーヨガ Sawa ★		19:00~19:15	18:30~19:30 ストレッチ HIRO ★	18:30~19:30 ストレッチ tetsuo ★★	18:30~19:15 ストレッチングヨガ HIRONO ★	18:30~19:30 身盤 コンディショニングヨガ Mii ★★	18:30~19:30 ピギナーヨガ Sawa ★	18:15~19:15 やさしいパワーヨガ tetsuo ★★		18:30~19:30 ストレッチ HIRO ★		
19:30															
20:00 20:00~21:00 やさしい デトックスヨガ tetsuo ★	19:45~20:45 月礼拝アドバンス HIRONO ★★	20:00~21:00 身盤 コンディショニングヨガ Mii ★★	20:00~20:45 パワーヨガ Sawa ★★		20:00 閉館	20:00~21:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★	20:00~21:00 やさしいフロアヨガ tetsuo ★	19:45~20:45 ヴィンヤサフロアヨガ HIRONO ★★	20:00~21:00 ピギナーヨガ Mii ★	20:00~20:45 パワーヨガ Sawa ★★	20:00 閉館	20:00 閉館	20:00~21:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★		
20:30															
21:00															
21:30 21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★	21:15~22:15 クレンジング フロアヨガ YOKO ★★	21:30~22:15 ビューティーヨガ shione ★	21:15~22:15 ストレッチングヨガ YOKO ★			21:30~22:15 やさしいフロアヨガ shione ★	21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	21:30~22:15 ベーンシックヨガ shione ★★	21:15~22:15 ストレッチングヨガ YOKO ★			21:30~22:15 やさしいフロアヨガ shione ★		
22:30	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館			23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館			23:00 閉館		

### スタジオレッスン参加について

- ※全てのレッスンは定員60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。
- ※デイトタイム会員様は18:00までに必ずチェックアウトをお願い致します。
- ※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15分前となっております。
- ※レッスン開始後の途中入室は断断しております。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。
- ※レッスンを途中退出された場合、スタジオへの再入場はご遠慮ください。
- ※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断しております。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。
- ※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ください。
- ※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。
- ※祝日は、短縮営業となりますのでレッスン内容に変更がございます。



LINE

↑↑レッスン・代行情報を配信しています。

《6月休館日のお知らせ》  
 10日(水)  
 20日(土)  
 30日(火)

【営業時間】  
 平日/10:00-23:00  
 土日祝/10:00-20:00

【住所】〒277-0075  
 千葉県柏市南柏中央9-7  
 フィールズ南柏モビル 1F

【TEL】04-7186-7834