

CALDO MINAMIKASHIWA STUDIO TIMETABLE

カルド南柏 7月1日(水)~7月15日(水)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。

		★ 初級クラス	★★ 中級クラス	★★★ 上級クラス	青枠 ゆるホット ※変動します※												
		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	
10:00	10:00~10:30	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	休館日	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	溶岩タイム	
10:30	10:30~11:30	ボディメイクヨガ Sawa ★★	ストレッチヨガ miho ★	ピラティス ヤマダ チアキ ★★	ピラティス ピラティス めぐ ★	フローヨガ yumi ★★	フローヨガ りさ ★★	ヨガティス miho ★	ボディメイクヨガ Sawa ★★	ストレッチヨガ miho ★		骨盤調整ヨガ めぐ ★★	フローヨガ yumi ★★	ピラティス りさ ★	ヨガティス miho ★	ボディメイクヨガ Sawa ★★	
11:30					11:30~11:45	11:30~11:45						11:30~11:45	11:30~11:45				
12:00	12:00~12:45	アロマ リラクソスヨガ YOSHIKO ★	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 チアキ ★	12:15~13:00 リラクソスヨガ 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 ★	12:00~13:00 骨盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	12:00~12:45 リフレッシュヨガ Chai ★★			12:15~13:00 リラクソスヨガ YOUICHI ★	12:15~13:15 アロマ ビューティーヨガ らん ★	12:00~12:45 フローヨガ りさ ★★	12:00~13:00 骨盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	12:00~12:45 アロマ リラクソスヨガ YOSHIKO ★	12:00~12:45 アロマ リラクソスヨガ YOSHIKO ★
12:30	12:45~13:15	溶岩タイム		13:00~14:00 溶岩タイム				13:00~13:30 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	ビューティーヨガ shione★		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 リラクソスヨガ Chai ★		14:00~14:45 ビューティーヨガ kotoho ★	13:45~14:45 やさしい フローヨガ 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 リラクソスヨガ Chai ★	14:00~14:45 ビューティーヨガ kotoho ★	13:45~14:45 やさしい フローヨガ YOSHIKO ★	14:45~15:00
14:00	14:30~15:30	デトックスヨガ Key★★	14:30~15:15 リラクソスヨガ SUN ★			14:45~15:45 ベーシックヨガ SUN ★★		14:45~15:00	14:30~15:30 フローヨガ shione★★			15:15~16:00 ピギナーヨガ Sawa ★	15:15~16:15 リラクソスヨガ kotoho ★		14:45~15:45 ピギナーヨガ SUN ★	15:30~16:30 アロマ ストレッチングヨガ ヤマダ チアキ ★	15:30~16:30 リフレッシュヨガ CHIAKI ★★
15:30	15:30~16:30	リフレッシュヨガ CHIAKI ★★		15:45~16:45 フローヨガ SUN ★★			16:15~17:00 やさしい デトックスヨガ SUN ★		16:30~17:30 溶岩タイム	16:00~17:00 やさしい フローヨガ YOSHIKO ★		16:30~17:30 ピラティス Sawa ★	16:45~17:30 ベーシックヨガ kotoho★★		16:30~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 溶岩タイム	16:30~17:30 溶岩タイム
16:00	16:00~17:00	やさしい フローヨガ YOSHIKO ★		16:45~17:30 溶岩タイム			17:00~17:30 溶岩タイム		18:00~18:30 溶岩タイム	17:00~17:30 溶岩タイム					17:00~17:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム
16:30	16:30~17:30	溶岩タイム	17:00~17:30 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	18:00~18:30 溶岩タイム
17:00	17:00~17:30	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	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム
17:30									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	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	18:00~18:30 溶岩タイム	18:00~18:30 溶岩タイム
18:30	18:30~19:15	ストレッチングヨガ HIRONO ★	18:30~19:30 骨盤 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 ★★	18:00~19:00 やさしいフローヨガ Shione ★	18:30~19:30 ストレッチ HIRO ★	18:30~19:30 ベーシックヨガ tetsuo ★★	18:30~19:15 ストレッチングヨガ HIRONO ★	18:30~19:30 骨盤 コンディショニングヨガ Mii ★★		18:15~19:15 やさしいパワーヨガ tetsuo ★★	18:45~19:15 溶岩タイム	18:00~18:45 ピギナーヨガ SUN ★	18:30~19:30 ストレッチ HIRO ★	18:30~19:30 ベーシックヨガ tetsuo ★★	18:30~19:15 ストレッチングヨガ HIRONO ★
19:00									19:45~20:45 ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★	20:00~21:00 ピギナーヨガ Mii ★		20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	20:00閉館	19:45~20:45 ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★
19:30									20:00~21:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★	20:00~21:00 やさしいフローヨガ tetsuo ★						20:00~21:00 ボディメイク エクササイズ HIRO ★★	
20:00	19:45~20:45	ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★	20:00~21:00 ピギナーヨガ Mii ★	20:00~20:45 パワーヨガ Sawa ★★					21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★				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 ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	
20:30	20:00~21:00	ピギナーヨガ Mii ★							21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★					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 ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	
21:00									21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★					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 ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	
21:30	21:15~22:15	やさしい デトックスヨガ YOKO ★	21:30~22:15 コアトレヨガ SUN ★★	21:15~22:15 ストレッチングヨガ YOKO ★					21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★					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 ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	
22:00									21:30~22:15 アロマ ヒーリングヨガ YOSHIKO ★					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 ★	21:15~22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	
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	

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。
 ※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**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。
 ※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

《7月休館日のお知らせ》

10日(金)
20日(月)
30日(金)

【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6-7
フィールズ南柏モール I 4F

【TEL】04-7186-7634

↑↑レッスン・代行情報を配信しています。