

CALDO MINAMIKASHIWA STUDIO TIMETABLE
カルド南柏 7月16日(木)～7月31日(金)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。

16日(木)		17日(金)		18日(土)		19日(日)		20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)		26日(日)		27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)	
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	10:00～10:30 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 ストレッチヨガ miho ★	10:30～11:30 ピラティス ヤマダ テアキ ★★	10:30～11:30 ピグナー ピラティス めぐ ★	10:30～11:30 フローヨガ yumi ★★						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 やさしい デトックスヨガ ヤマダ テアキ ★	10:30～11:30 ストレッチヨガ miho ★	10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ ヤマダ テアキ ★	10:30～11:30 骨盤調整ヨガ めぐ ★★	10:30～11:30 フローヨガ yumi ★★	10:30～11:30 フローヨガ 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 ストレッチヨガ miho ★		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 ストレッチヨガ Sawa ★★	10:30～11:30 ストレッチヨガ miho ★						
11:30			11:30～11:45	11:30～11:45											11:30～11:45	11:30～11:45															
12:00	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 ★								12:00～13:00 骨盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	12:00～12:45 アロマ リラククスヨガ YOSHIKO ★	12:00～12:45 アロマ リラククスヨガ YOSHIKO ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ Chai ★★	12:00～13:00 ピラティス ヤマダ テアキ ★★			12:15～13:00 リラククスヨガ 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 ★	12:00～13:00 骨盤 コンディショニングヨガ Sawa ★★	12:00～12:45 アロマ リラククスヨガ YOSHIKO ★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ Chai ★★							
12:30											12:45～13:15 溶岩タイム																				
13:00										13:00～13:30 溶岩タイム				13:00～14:00 溶岩タイム										13:00～13:30 溶岩タイム							
13:30	13:15～14:00 ビューティーヨガ shione★	13:00～14:00 溶岩タイム				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 ★★					13:45～14:45 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★	13:45～14:45 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★	13:15～14:00 ビューティーヨガ shione★	13:00～14:00 溶岩タイム			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 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★			13:15～14:00 やさしいデトックスヨガ SUN ★			
14:00										14:00～14:45 ビューティーヨガ kotoho ★				14:30～15:30 フローヨガ shione★★	14:30～15:15 リラククスヨガ SUN ★																
14:30	14:30～15:30 デトックスヨガ Key★★	14:30～15:15 リラククスヨガ SUN ★								14:45～15:00	14:45～15:00																				
15:00																															
15:30						15:15～16:00 ピグナーヨガ Sawa ★	15:15～16:15 リラククスヨガ 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 ★★			15:45～16:45 やさしいフローヨガ SUN ★★	15:45～16:45 コアトレーニング SUN ★★							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 ★★						
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				16:30～17:30 ビューティーヨガ 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			16:00～17:00 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★	16:45～17:30 溶岩タイム	16:45～17:30 ベーシックヨガ kotoho★★	16:45～17:30 ベーシックヨガ kotoho★★							16:15～17:00 デトックスヨガ SUN ★★	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	16:00～17:00 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★			
16:30																															
17:00	17:00～17:30 溶岩タイム													17:00～17:30 溶岩タイム	17:00～17:30 溶岩タイム	17:00～17:30 溶岩タイム	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				18:00～19:00 やさしいフローヨガ 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			18:00～19:00 やさしいフローヨガ Shione ★	18:00～19:00 やさしいフローヨガ 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	18:00～18:30 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	18:30～19:30 骨盤 コンディショニングヨガ Mii ★★	18:30～19:30 ピグナーヨガ Sawa ★			18:15～19:15 やさしいフローヨガ tetsuo ★★		19:00～19:15			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 ★★	18:30～19:30 ピグナーヨガ Sawa ★			18:15～19:15 やさしいフローヨガ tetsuo ★★	18:30～19:30 ストレッチ tetsuo ★★			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 ★	18:30～19:15 ストレッチングヨガ HIRONO ★	18:30～19:30 ストレッチ Mii ★★	18:30～19:30 骨盤 コンディショニングヨガ Mii ★★				
19:00																															
19:30						20:00 閉館	20:00 閉館																								
20:00																															
20:30	20:00～21:00 リラククスヨガ Mii ★	20:00～20:45 パワーヨガ Sawa ★★								20:00～21:00 やさしいフローヨガ tetsuo ★	19:45～20:45 ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★			20:00～21:00 リラククスヨガ Mii ★	20:00～20:45 パワーヨガ Sawa ★★							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 ★	19:45～20:45 ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★	20:00～21:00 リラククスヨガ Mii ★						
21:00																															
21:30	21:30～22:15 ピグナーヨガ みわ ★	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 ★	21:15～22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★			21:30～22:15 ピグナーヨガ みわ ★	21:15～22:15 ストレッチングヨガ YOKO ★							21:30～22:15 フローヨガ 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 ピグナーヨガ みわ ★						
22:00																															
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																

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)での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**途中入退室はお断り**しております。シャワールーム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

↑↑レッスン・代行情報を配信しています。

《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9-7
フィールズ南柏モール1 4F

【TEL】04-7188-7634