

CALDO NARITA STUDIO TIMETABLE

カルド成田 4月1日(水)～4月15日(水) スタジオスケジュール

	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)		4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)		4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	
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	休館日	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	10:00～10:30 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 ビギナーヨガ Megumi ★	10:30～11:30 冷えむくみ改善ヨガ Mii ★★	10:30～11:30 ビューティーヨガ Mii ★	10:30～11:30 ビューティーヨガ SATOMI ★	10:30～11:30 週替わり ★★★	10:30		10:30～11:30 リフレッシュヨガ SATOMI ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ Megumi ★	10:30～11:30 冷えむくみ改善ヨガ Mii ★★	10:30～11:30 ビューティーヨガ Mii ★	10:30～11:30 陰ヨガ SATOMI ★	10:30～11:30 陰ヨガ SATOMI ★	10:30	10:30～11:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ nao ★★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ SATOMI ★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ Megumi ★	
11:30						11:30									11:30			
12:00	12:00～13:00 デトックスヨガ Megumi ★★	12:00～13:00 パワーヨガ Mii ★★	12:00～13:00 姿勢改善ヨガ Mii ★★	12:00～12:45 やさしいパワーヨガ SATOMI ★★	12:00～12:45 週替わり ★★	12:00		12:00～13:00 陰ヨガ SATOMI ★	12:00～13:00 デトックスヨガ Megumi ★★	12:00～13:00 パワーヨガ Mii ★★	12:00～13:00 姿勢改善ヨガ Mii ★★	12:00～13:00 リフレッシュヨガ SATOMI ★★	12:00～12:45 リフレッシュヨガ SATOMI ★★	12:00	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ nao ★	12:00～13:00 陰ヨガ SATOMI ★	12:00～13:00 デトックスヨガ Megumi ★★	
12:30				12:45～13:30 溶岩タイム	12:45～13:30 溶岩タイム	12:30							12:45～13:30 溶岩タイム	12:45～13:30 溶岩タイム	12:30			
13:00						13:00									13:00	*時間変更* お間違いないよう ご注意ください！		
13:30	13:30～14:30 リラックスヨガ YOUICHI ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ YOUICHI ★	13:30～14:30 デトックスヨガ Megumi ★★			13:30		13:30～14:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ NON ★★	13:30～14:30 リラックスヨガ YOUICHI ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ YOUICHI ★	13:30～14:30 ストレッチング ヨガ YOUICHI ★	13:30～14:30 デトックスヨガ Megumi ★★			13:30	13:30～14:30 リラックスヨガ tetsuo ★	13:30～14:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ NON ★★	13:30～14:30 リラックスヨガ YOUICHI ★
14:00				14:00～15:00 フローヨガ 井上静香 ★★	14:00～15:00 ベーシックヨガ NANAOKO ★★	14:00									14:00			
14:30						14:30							14:00～15:00 フローヨガ 井上静香 ★★	14:00～15:00 ベーシックヨガ ★ NANAOKO	14:30	*時間変更* お間違いないよう ご注意ください！		
15:00	15:00～16:00 シェイプアップ ヨガ YOUICHI ★★	15:00～16:00 コアトレヨガ YOUICHI ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Megumi ★			15:00		15:00～16:00 ビギナーヨガ NON ★	15:00～16:00 シェイプアップ ヨガ YOUICHI ★★	15:00～16:00 コアトレヨガ YOUICHI ★★	15:00～16:00 コアトレヨガ YOUICHI ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Megumi ★			15:00	15:00～16:00 デトックスヨガ tetsuo ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ NON ★	15:00～16:00 シェイプアップ ヨガ YOUICHI ★★
15:30				15:30～16:15 ビギナーピラティス 井上静香 ★	15:30～16:15 アロマリラックスヨガ Ikumi ★	15:30							15:30～16:15 ビギナーピラティス 井上静香 ★	15:30～16:15 アロマリラックスヨガ Ikumi ★	15:30			
16:00						16:00									16:00			
16:30	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム			16:30		16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム			16:30	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム
17:00				16:45～17:30 ストレッチ DECO ★	16:45～17:30 やさしいパワーヨガ Ikumi ★★	17:00									17:00	16:45～17:30 ストレッチ DECO ★	16:45～17:30 やさしいパワーヨガ Ikumi ★★	
17:30						17:30									17:30			
18:00	18:00～19:00 ボディメイク ピラティス 井上静香 ★★	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～19:00 ベーシックヨガ YOUICHI ★★	18:00～19:00 ルーシーダットン DECO ★★	18:00～19:00 ボディメイクヨガ YOUICHI ★★	18:00		18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～19:00 ボディメイク ピラティス 井上静香 ★★	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～19:00 ベーシックヨガ YOUICHI ★★	18:00～19:00 ルーシーダットン DECO ★★	18:00～19:00 ルーシーダットン DECO ★★	18:00	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～19:00 ボディメイク ピラティス 井上静香 ★★
18:30		18:30～19:30 リラックスヨガ 井上静香 ★				18:30		18:30～19:30 ヒーリングヨガ Mii ★			18:30～19:30 リラックスヨガ 井上静香 ★	18:30～19:30 リラックスヨガ 井上静香 ★	18:30～19:30 ベーシックヨガ Rin ★★	18:30～19:30 ベーシックヨガ YOUICHI ★★	18:30	18:30～19:30 ベーシックヨガ Rin ★★	18:30～19:30 ヒーリングヨガ Mii ★	
19:00				19:30 閉館	19:30 閉館	19:00								19:30 閉館	19:00			
19:30	19:30～20:15 やさしいフローヨガ 井上静香 ★		19:30～20:15 ストレッチングヨガ YOUICHI ★			19:30			19:30～20:15 ストレッチングヨガ 井上静香 ★			19:30～20:15 やさしいフローヨガ Rin ★			19:30	*時間変更* お間違いないよう ご注意ください！		19:30～20:15 やさしいフローヨガ 井上静香 ★
20:00		20:00～21:00 コンディショニング ピラティス 井上静香 ★★				20:00		20:00～21:00 パワーヨガ Mii ★★			20:00～21:00 コンディショニング ピラティス 井上静香 ★★				20:00	20:00～21:00 やさしいフローヨガ Rin ★	20:00～21:00 パワーヨガ Mii ★★	
20:30						20:30									20:30			
21:00	20:45～21:30 やさしいデトックスヨガ レイ ★	21:00～21:30 溶岩タイム	20:45～21:30 肩こり・腰痛改善ヨガ YOUICHI ★★			21:00		21:00～21:30 溶岩タイム	20:45～21:30 やさしいデトックスヨガ レイ ★	21:00～21:30 溶岩タイム	21:00～21:30 溶岩タイム	20:45～21:30 ベーシックヨガ Rin ★★			21:00	21:00～21:30 溶岩タイム	21:00～21:30 溶岩タイム	20:45～21:30 やさしいデトックスヨガ レイ ★
21:30						21:30								21:30				
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館			22:00	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館			22:00	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	

- ・ホットヨガスタジオの定員は70名(整理券制)です。
- ・整理券はレッスン開始30分前～5分前フロントにて配布いたします。必ず整理券をお取りいただきご参加ください。
- ・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
- ・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の途中退室はご遠慮ください。
- ・レッスン中の途中退室は可能ですが、皆様の安全確保のため再入室はお断りしております。
- ・スタジオ内の私語はご遠慮頂いております
- ・スタジオ内へのお持ち込みはバスタオル・フェイスタオル・お飲み物以外の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。
- ・ヨガマットの上にはバスタオルを敷いてご利用ください。
- ・スタジオからご退出される際はヨガマットの消毒をお願いいたします。

《4月休館日のお知らせ》
6日(月)16日(木)
26日(日)30日(木)