

CALDO NARITA STUDIO TIMETABLE
カルド成田 10月1日(木)～10月15日(木) スタジオスケジュール

スポーツの日																																		
10月1日(木)		10月2日(金)		10月3日(土)		10月4日(日)		10月5日(月)		10月6日(火)		10月7日(水)		10月8日(木)		10月9日(金)		10月10日(土)		10月11日(日)		10月12日(月)		10月13日(火)		10月14日(水)		10月15日(木)						
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	休館日	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	休館日	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	休館日	10:00	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00						
10:30	10:30～11:30 ビューティーヨガ Mii★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Rin★★	10:30～11:30 ヴィンヤサ フローヨガ SATOMI★★★	10:30～11:30 全身リカバリー NANA★	10:30～11:30 コンディショニングピ ラティス nao★★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ SATOMI★★		10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ key★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Rin★★	10:30～11:30 ヴィンヤサ フローヨガ SATOMI★★★	10:30～11:30 リラックスヨガ NANA★	10:30～11:30 アロマリフレッシュヨ ガ SATOMI★★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ SATOMI★★	10:30		10:30～11:30 ビューティーヨガ Mii★	10:30	10:30～11:30 ビューティーヨガ Mii★	10:30															
11:00								11:00									11:00									11:00			11:00		11:00	11:00		
11:30								11:30										11:30									11:30			11:30		11:30	11:30	
12:00	12:00～13:00 姿勢改善ヨガ Mii★★	12:00～13:00 やさしい フローヨガ Rin★	12:00～12:45 陰ヨガ SATOMI★	12:00～12:45 ベーシックヨガ NANA★	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	12:00～13:00 ボディコンディショニ ングヨガ key★★	12:00～13:00 やさしい フローヨガ Rin★	12:00～12:45 陰ヨガ SATOMI★	12:00～12:45 ベーシックヨガ NANA★	12:00～13:00 陰ヨガ SATOMI★	12:00～13:00 陰ヨガ SATOMI★		12:00	12:00	12:00～13:00 姿勢改善ヨガ Mii★★	12:00	12:00～13:00 姿勢改善ヨガ Mii★★	12:00	12:00		12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00		
12:30								12:30										12:30									12:30			12:30		12:30	12:30	
13:00			12:45～13:30 溶岩タイム	12:45～13:30 溶岩タイム				13:00			12:45～13:30 溶岩タイム	12:45～13:30 溶岩タイム						13:00									13:00			13:00		13:00	13:00	
13:30	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★★			13:30～14:30 やさしい デトックスヨガ レイ★	13:30～14:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ NON★★		13:30	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 アロマやさしい デトックスヨガ Megumi★	13:30～14:30 アロマやさしい デトックスヨガ Megumi★	13:30～14:30 アロマやさしい デトックスヨガ Megumi★	13:30～14:30 アロマやさしい デトックスヨガ Megumi★	13:30～14:30 アロマやさしい デトックスヨガ Megumi★		13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30		
14:00			14:00～15:00 フローヨガ 井上静香★★	14:00～15:00 ルーシーダットン DECO★★				14:00										14:00									14:00			14:00		14:00	14:00	
14:30								14:30										14:30									14:30			14:30		14:30	14:30	
15:00	15:00～16:00 コアトレヨガ YOUICHI★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ Megumi★			15:00～16:00 骨盤コンディショニン グヨガ レイ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ NON★		15:00	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			15:00		15:00	15:00	
15:30			15:30～16:15 ビギナーピラティス 井上静香★	15:30～16:15 やさしい デトックスヨガ Ikumi★				15:30			15:30～16:15 ビギナーピラティス 井上静香★	15:30～16:15 やさしい デトックスヨガ Ikumi★						15:30									15:30			15:30		15:30	15:30	
16:00	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	16:00～17:30 溶岩タイム	16:00～17:30 溶岩タイム								16:00									16:00			16:00		16:00	16:00	
16:30								16:30										16:30									16:30			16:30		16:30	16:30	
17:00			16:45～17:30 ヒーリングヨガ レイ★	16:45～17:30 やさしい パワーヨガ Ikumi★★				17:00			16:45～17:30 ビギナーヨガ YOUICHI★	16:45～17:30 やさしい パワーヨガ Ikumi★★						17:00									17:00			17:00		17:00	17:00	
17:30								17:30										17:30									17:30			17:30		17:30	17:30	
18:00	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～19:00 ボディメイクヨガ YOUICHI★★	18:00～19:00 姿勢改善ヨガ レイ★★	18:00～19:00 シェイプアップ ヨガ YOUICHI★★★	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	18:00～19:00 ボディメイクヨガ YOUICHI★★	18:00～19:00 ベーシックヨガ YOUICHI★★	18:00～19:00 シェイプアップ ヨガ YOUICHI★★★	18:00～19:00 整うキャンドル リカバリー Rin★	18:00～18:30 溶岩タイム		18:00	18:00	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00	18:00～19:30 ヒーリングヨガ 井上静香★	18:00	18:00		18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	
18:30	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 ヒーリングヨガ Mii★		18:30	18:30～19:30 リラックスヨガ 井上静香★					18:30		18:30		18:30								18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	
19:00			19:30 閉館	19:30 閉館				19:00					19:30 閉館	19:30 閉館		19:30 閉館		19:00									19:00			19:00		19:00	19:00	
19:30		19:30～20:15 リラックスヨガ YOUICHI★						19:30		19:30～20:15 リラックスヨガ YOUICHI★								19:30									19:30			19:30		19:30	19:30	
20:00	20:00～21:00 コンディショニング ピラティス 井上静香★★				20:00～21:00 やさしいフローヨガ Rin★	20:00～21:00 パワーヨガ Mii★★★		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	20:00～21:00 パワーヨガ Mii★★★	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00
20:30		20:45～21:30 リフレッシュヨガ YOUICHI★★						20:30		20:45～21:30 リフレッシュ YOUICHI★★								20:30									20:30			20:30		20:30	20:30	
21:00	21:00～21:30 溶岩タイム				21:00～21:30 溶岩タイム	21:00～21:30 溶岩タイム		21:00	21:00～21:30 溶岩タイム									21:00									21:00	21:00～21:30 溶岩タイム	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00
21:30								21:30										21:30									21:30			21:30		21:30	21:30	
22:00	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									22:00 閉館	22:00	22:00	22:00	22:00	22:00	22:00	22:00

- ・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分前まで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。

《10月休館日のお知らせ》
7日(水)14日(水)
21日(水)28日(水)