

CALDO SHIZUOKA STUDIO TIMETABLE

カルド静岡 3月スタジオスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00							😊	10:00
10:30	10:30~11:30 ピラティス Akiyo ★★	10:30~11:30 リラックスヨガ 藤本美佳 ★	10:30~11:30 ビギナーヨガ YUKO ★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ yukiko ★★	10:30~11:30 やさしいフローヨガ yukiko ★	10:30~11:30 ピラティス 望月俊宏 ★★	10:30~11:30 ビギナーヨガ Mayu ★	10:30
11:00								11:00
11:30			😊				★	11:30
12:00			12:00~13:00 フローヨガ you ★★		12:00~13:00 パワーヨガ AYAMI ★★★	12:00~13:00 ビューティーヨガ アツコ ★	12:00~13:00 週替わりレッスン ★★	12:00
12:30								12:30
13:00		13:00~14:00 フローヨガ yukiko ★★						13:00
13:30	13:30~14:30 シェイプアップヨガ 飯嶋かおり ★★★		13:30~14:30 パワーヨガ 飯嶋かおり ★★★	13:30~14:30 やさしいデトックスヨガ マサミ ★		13:30~14:30 ベーシックヨガ you ★★	13:30~14:30 リラックスヨガ AYAMI ★	13:30
14:00								14:00
14:30	😊	14:30~15:30 ビューティーヨガ アツコ ★			14:30~15:30 ストレッチングヨガ chiro ★			14:30
15:00	15:00~16:00 リラックスヨガ yukiko ★		15:00~16:00 やさしいフローヨガ 飯嶋かおり ★	15:00~16:00 ベーシックヨガ YUMI ★★		15:00~16:00 ヒーリングヨガ RINO ★		15:00
15:30							15:30~16:30 やさしいデトックスヨガ chiro ★	15:30
16:00								16:00
16:30						16:30~17:30 デトックスヨガ 飯嶋かおり ★★		16:30
17:00							17:00~18:00 ボディメイクヨガ AYAMI ★★	17:00
17:30								17:30
18:00	18:15~19:15 フローヨガ AYAMI ★★	18:15~19:15 リラックスヨガ 飯嶋かおり ★	18:00~19:00 やさしいデトックスヨガ RINO ★	18:30~19:30 やさしいデトックスヨガ chiro ★	18:00~19:00 やさしいフローヨガ YUMI ★			18:00
18:30								18:30
19:00						19:00 閉館	19:00 閉館	19:00
19:30						😊 レッスン・IR 変更		
20:00	20:00~21:00 ビギナーヨガ EKO ★	19:40-20:40 シェイプアップヨガ AYAMI ★★★	19:30~20:30 コンディショニング ピラティス EKO ★★	20:00~21:00 ピラティス chiro ★★	19:30~20:30 ボディメイクヨガ AYAMI ★★	★ 【週代わりレッスン】 日曜12:00~13:00 1日 ベーシックヨガ 担当 you 8日 やさしいパワーヨガ 担当 万純 22日 姿勢改善ヨガ 担当 コム 29日 姿勢改善ヨガ 担当 コム		
20:30								
21:00		21:00~21:45 姿勢改善ヨガ コム ★★	21:00~21:45 アロマリラックスヨガ Mayu ★		21:00~21:45 ストレッチングヨガ コム ★			
21:30								
22:00						《3月休館日のお知らせ》 5(木)15(日)25(水)31(火)		
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館			

※全てのレッスンは定員45名です。
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
 ※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。
 ※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10分~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。シャワーブース場所取りの為の途中退室はご遠慮ください。
 ※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。
 ※バスタオルを敷いてご利用下さい。

カルド静岡公式LINE



緊急代行や臨時休館等を配信しております。友達追加がまだの方は追加をお願いします。