

CALDO SHIZUOKA STUDIO TIMETABLE
カルド静岡 7月16日～31日 スタジオスケジュール

	7/16(木)	7/17(金)	7/18(土)	7/19(日)	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)	7/23(木)	7/24(金)	7/25(土)	7/26(日)	7/27(月)	7/28(火)	7/29(水)	7/30(木)	7/31(金)			
10:00					祝日PG					休館日							10:00		
10:30	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 やさしいデトックスヨガ chiro ★		10：30～11：30 リラックスヨガ 藤本美佳 ★	10：30～11：30 ベーシックヨガ 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 やさしいデトックスヨガ chiro ★	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 ベーシックヨガ YUKO ★★	10：30～11：30 リフレッシュヨガ yukiko ★★	10:30			
11:00																		11:00	
11:30																		11:30	
12:00		12：00～13：00 ベーシックヨガ YUMI ★★	12：00～13：00 ビューティーヨガ アツコ ★	12：00～13：00 ボディメイクヨガ 万純 ★★							12：00～13:00 ウィンヤサフローヨガ YUMI ★★★	12：00～13：00 コアトレヨガ YURI ★★						12:00	
12:30														12：30～13：30 バレトン 栗朋 ★★★					12:30
13:00						13：00～14：00 ボディメイク ピラティス 栗朋 ★★		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 リラックスヨガ YURI ★		13：00～14：00 フローヨガ yukiko ★★	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 ★	13:00	
13:30	13：30～14：30 やさしいデトックスヨガ yuko ★		13：30～14：30 ベーシックヨガ you ★★	13：30～14：30 やさしいフローヨガ 万純 ★			14：30～15：30 ビューティーヨガ アツコ ★											13:30	
14:00																			14:00
14:30		14：30～15：30 ストレッチングヨガ chiro ★									14：30～15：30 ストレッチングヨガ chiro ★				14：30～15：30 ビューティーヨガ アツコ ★				14:30
15:00	15：00～16：00 ベーシックヨガ YUMI ★★		15：00～16：00 ヒーリングヨガ you ★	15：00～16：00 パワーヨガ AYAMI ★★★				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 パワーヨガ AYAMI ★★★	15：00～16：00 リラックスヨガ yukiko ★	15：00～16：00 ビューティーヨガ アツコ ★	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	
15:30																			15:30
16:00																			16:00
16:30			16：30～17：30 ボディメイクヨガ 飯嶋かおり ★★	16：30～17：30 リラックスヨガ Mayu ★									16：30～17：30 ストレッチングヨガ コム ★						16:30
17:00																			17:00
17:30																			17:30
18:00	18：15～19：15 ピラティス chiro ★★	18：10～19：10 ストレッチングヨガ コム ★					18：15～19：15 リラックスヨガ Mayu ★	18：00～19：00 やさしいデトックスヨガ RINO ★	18：15～19：15 ピラティス chiro ★★		18：10～19：10 ストレッチングヨガ コム ★			18：15～19：15 ボディメイク ピラティス Akiyo ★★	18：15～19：15 リラックスヨガ Mayu ★	18：00～19：00 やさしいデトックスヨガ RINO ★	18：15～19：15 ピラティス chiro ★★	18:00	
18:30			18：30 閉館	18：30 閉館	18：30 閉館						18：30 閉館	18：30 閉館						18:30	
19:00																		19:00	
19:30		19：30～20：30 ボディメイクヨガ AYAMI ★★					19：30～20：30 コンディショニング ピラティス EKO ★★		19：30～20：30 ボディメイクヨガ AYAMI ★★				★★		19：30～20：30 コンディショニング ピラティス EKO ★★			19:30	
20:00	19：45～20：45 やさしいデトックスヨガ chiro ★					19：45～20：45 姿勢改善ヨガ コム ★★		19：45～20：45 やさしいデトックスヨガ chiro ★				19：45～20：45 ピギナーヨガ EKO ★	19：45～20：45 姿勢改善ヨガ コム ★★	19：45～20：45 ピラティス EKO ★★		19：45～20：45 やさしいデトックスヨガ chiro ★		20:00	
20:30															★★			20:30	
21:00																		21:00	
21:30	21：30 閉館	21：30 閉館				21：30 閉館	21：30 閉館	21：30 閉館	21：30 閉館				21：30 閉館	21：30 閉館	21：30 閉館	21：30 閉館	21：30 閉館	21:30	

※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**途中入室退室はお断り**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。

《7月休館日のお知らせ》

5(日)15(水)25(土)31(金)