

CALDO SHIZUOKA STUDIO TIMETABLE

カルド静岡 8月16日～31日 スタジオスケジュール

	8/16(日)	8/17(月)	8/18(火)	8/19(水)	8/20(木)	8/21(金)	8/22(土)	8/23(日)	8/24(月)	8/25(火)	8/26(水)	8/27(木)	8/28(金)	8/29(土)	8/30(日)	8/31(月)
10:00										休館日						休館日
10:30	10：30～11：30 やさしいデトックスヨガ	10：30～11：30 ピラティス	10：30～11：30 リラックスヨガ	10：30～11：30 ベーシックヨガ	10：30～11：30 リフレッシュヨガ	10：30～11：30 やさしいフローヨガ	10：30～11：30 ピラティス	10：30～11：30 やさしいデトックスヨガ	10：30～11：30 ピラティス		10：30～11：30 ベーシックヨガ	10：30～11：30 リフレッシュヨガ	10：30～11：30 やさしいフローヨガ	10：30～11：30 ピラティス	10：30～11：30 やさしいデトックスヨガ	
11:00	chiro ★	Akiyo ★★	藤本美佳 ★	YUKO ★★	yukiko ★★	yukiko ★	望月俊宏 ★★	chiro ★	Akiyo ★★		YUKO ★★	yukiko ★★	yukiko ★	望月俊宏 ★★	chiro ★	
11:30																
12:00	12：00～13：00 ボディメイクヨガ					12：00～13：00 ベーシックヨガ	12：00～13：00 ビューティーヨガ	12：00～13：00 ボディメイクヨガ					12：00～13：00 ヴィンヤサフローヨガ	12：00～13：00 ビューティーヨガ	12：00～13：00 ボディメイク ピラティス	
12:30	万純 ★★	12：30～13：30 バレトン				YUMI ★★	アツコ ★	YURI ★★	12：30～13：30 バレトン				YUMI ★★★	アツコ ★		
13:00		菜朋 ★★★	13：00～14：00 フローヨガ						菜朋 ★★★						★★	
13:30	13：30～14：30 リラックスヨガ		yukiko ★★	13：30～14：30 パワーヨガ	13：30～14：30 やさしいデトックスヨガ		13：30～14：30 ベーシックヨガ	13：30～14：30 リラックスヨガ			13：30～14：30 パワーヨガ	13：30～14：30 やさしいデトックスヨガ		13：30～14：30 ベーシックヨガ	13：30～14：30 ビギナーヨガ	
14:00	万純 ★			飯嶋かおり ★★★	マサミ ★		you ★★	YURI ★			飯嶋かおり ★★★	マサミ ★		you ★★	Akiyo ★	
14:30		14：30～15：30 リラックスヨガ	14：30～15：30 ビューティーヨガ			14：30～15：30 ストレッチングヨガ			14：30～15：30 リラックスヨガ				14：30～15：30 ストレッチングヨガ			
15:00	15：00～16：00 パワーヨガ	yukiko ★	アツコ ★	15：00～16：00 やさしいフローヨガ	15：00～16：00 ベーシックヨガ	chiro ★	15：00～16：00 ヒーリングヨガ	15：00～16：00 パワーヨガ	yukiko ★		15：00～16：00 やさしいフローヨガ	15：00～16：00 ベーシックヨガ	chiro ★	15：00～16：00 ヒーリングヨガ	15：00～16：00 パワーヨガ	
15:30	AYAMI ★★★			飯嶋かおり ★	YUMI ★★		you ★	AYAMI ★★★			飯嶋かおり ★	YUMI ★★		you ★	AYAMI ★★★	
16:00																
16:30	16：30～17：30 ヒーリングヨガ						16：30～17：30 ボディメイクヨガ	16：30～17：30 ストレッチングヨガ						16：30～17：30 ボディメイクヨガ	16：30～17：30 ヒーリングヨガ	
17:00	RINO ★						飯嶋かおり ★★	コム ★						飯嶋かおり ★★	RINO ★	
17:30																
18:00				18：00～19：00 やさしいデトックスヨガ		18：10～19：10 ストレッチングヨガ			18：15～19：15 ボディメイク ピラティス		18：00～19：00 やさしいデトックスヨガ		18：10～19：10 ストレッチングヨガ			
18:30	18：30 閉館	18：15～19：15 フローヨガ	18：15～19：15 リラックスヨガ	RINO ★	ピラティス chiro ★★	コム ★	18：30 閉館	18：30 閉館	Akiyo ★★		RINO ★	ピラティス chiro ★★	コム ★	18：30 閉館	18：30 閉館	
19:00																
19:30		19：45～20：45 ヒーリングヨガ	19：45～20：45 姿勢改善ヨガ	19：30～20：30 コンディショニング ピラティス	19：45～20：45 やさしいデトックスヨガ	19：30～20：30 ボディメイクヨガ		19：45～20：45 ヒーリングヨガ			19：30～20：30 コンディショニング ピラティス		19：30～20：30 ボディメイクヨガ			
20:00		EKO ★	コム ★★	EKO ★★	chiro ★	AYAMI ★★		EKO ★			★★	★	AYAMI ★★			
20:30																
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	

※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



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。

《8月休館日のお知らせ》

5(水)14(金)15(土)25(火)31(月)