

CALDO KANAYAMA STUDIO TIMETABLE
カルド金山店 3月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00						9:00
9:30						9:30
10:00						10:00
10:30	10:30~11:30 ベーシックヨガ しづか ★★	10:30~11:30 ボディ コンディショニングヨガ caeco ★★	10:30~11:30 ビューティーヨガ HITOMI ★	10:30~11:30 リラックスヨガ ~アロマ~ kyoko ★	10:30~11:30 ピラティス AKO ★★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ AI ★★
11:00						11:00
11:30						11:30
12:00	12:00~13:00 リラックスヨガ ~アロマ~ しづか ★★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ 美帆 ★	12:00~13:00 リフレッシュヨガ HITOMI ★★	12:00~13:00 姿勢改善ピラティス kyoko ★★	12:00~13:00 ヒーリングヨガ ~プラネタリウム~ ゆん ★	12:00~13:00 ビューティーヨガ AI ★
12:30						12:30
13:00						13:00
13:30	13:30~14:30 ボディ コンディショニングヨガ HITOMI ★★	13:30~14:30 フローヨガ CHIEMI ★★	13:30~14:30 ストレッチングヨガ marina ★	13:30~14:30 シェイプアップヨガ しづか ★★★	13:30~14:30 ボディメイクヨガ 池上 元香 ★★	13:30~14:30 リラックスヨガ ~アロマ~ ジュン ★
14:00						14:00
14:30						14:30
15:00	15:00~16:00 ビューティーヨガ HITOMI ★	15:00~16:00 ビギナーヨガ CHIEMI ★	15:00~16:00 やさしいフローヨガ ゆつきー ★	15:00~16:00 ベーシックヨガ しづか ★★	15:00~16:00 やさしい デトックスヨガ ~アロマ~ 池上 元香	15:00~16:00 パワーヨガ 池上 元香 ★★★
15:30						15:30
16:00						16:00
16:30	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム	16:00~17:30 温活タイム (アロマ)	16:30~17:30 ベーシックヨガ 池上 元香 ★★
17:00						17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30	18:30~19:30 コンディショニング ピラティス AKO ★★	18:30~19:30 やさしい デトックスヨガ HITOMI ★	18:30~19:30 バレエストレッチ 美帆 ★★	18:30~19:30 ビギナーヨガ ゆつきー ★	18:30~19:30 フローヨガ 狩生 さやか ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ MIKOTO ★
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	20:00~21:00 ビギナーヨガ SHIORI ★	20:00~21:00 パワーヨガ 狩生 さやか ★★★	20:00~21:00 ヒーリングヨガ ~プラネタリウム~ CHIEMI ★	20:00~21:00 ピラティス Kaoru ★★	20:15~21:15 ビギナーヨガ or ビギナーピラティス 担当未定 ★	20:00
20:30						20:30
21:00						21:00
21:30	21:30~22:15 フローヨガ SHIORI ★★	21:30~22:15 リラックスヨガ ~プラネタリウム~ Mayo ★	21:30~22:15 ベーシックヨガ CHIEMI ★★	21:30~22:15 ストレッチングヨガ ~アロマ~ ユウ ★	22:00 閉館	21:30
22:00						22:00
22:30	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館		22:30
23:00						23:00

※全てのレッスンは定員45名です。

※スタジオ内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入れください。
※バスタオルを敷いてご利用下さい。

※温活タイムは、**出入り自由**となっております。(扉の開閉の際は他の方にご配慮頂きます様ご協力お願いいたします)

※温活タイムは、M4プランの回数には入りませんが、レッスン受講をされず温活タイムのみのご利用の場合は1カウントとさせて頂きます。

※参加の際にご参考ください。

★は強度と難度を示します。

【営業時間】

月~木 10:00~23:00

金 10:00~22:00

土祝 10:00~19:30

日 9:00~18:30

休館日：6日・16日・26日・月末最終日



カルド金山店公式LINEアカウントの
お友達登録をお願いします☆
スケジュールや代行情報、
休館日のお知らせなど
最新情報を配信していきます。

22:30

23:00