

CALDO KANAYAMA STUDIO TIMETABLE
 カルド金山 6月1日(月)～6月15日(月) スタジオスケジュール

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)	6月15日(月)		
9:00						休館日											
9:30							↓ 変更 ↓	9:30～10:30 ビューティーヨガ ジュン ★						9:30～10:30 リフレッシュヨガ AI ★★	9:30～10:30 ビューティーヨガ ジュン ★		
10:00							↓ 変更 ↓	11:00～12:00 有線 コンディショニングヨガ ジュン ★★									
10:30	10:30～11:30 ベーシックヨガ しずか ★★	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 ベーシックヨガ しずか ★★	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 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 ★★		↓ 変更 ↓	10:30～11:30 ベーシックヨガ しずか ★★	
11:00																	
11:30		↓ 変更 ↓								↓ 変更 ↓							
12:00	12:00～13:00 リラックスヨガ ～アロマ～ しずか ★	12:00～13:00 ストレッチングヨガ CHIEMI ★	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 リラックスヨガ ～アロマ～ しずか ★	12:00～13:00 ストレッチングヨガ CHIEMI ★	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 ★					
12:30																	
13:00		↓ 変更 ↓						↓ 変更 ↓		↓ 変更 ↓							
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 ピラティス CHIEMI ★★	13:30～14:30 やさしいフローヨガ ゆっきー ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ しずか ★★	13:30～14:30 ボディメイクヨガ 池上 元香 ★★			13:30～14:30 ピギナーヨガ KAZUMI ★	13:30～14:30 ボディ コンディショニングヨガ HITOMI ★★	13:30～14:30 ピラティス CHIEMI ★★	13:30～14:30 やさしいフローヨガ ゆっきー ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ しずか ★★	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 ★	13:30～14:30 ピギナーヨガ KAZUMI ★	13:30～14:30 ボディ コンディショニングヨガ HITOMI ★★	
14:00																	
14:30		↓ 変更 ↓								↓ 変更 ↓							
15:00	15:00～16:00 ビューティーヨガ HITOMI ★	15:00～16:00 ピギナーヨガ AI ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ ゆっきー ★★	15:00～16:00 シェイプアップヨガ しずか ★★★	15:00～16:00 やさしい デトックスヨガ ～アロス～ 池上 元香 ★			15:00～16:00 リフレッシュヨガ Mana ★★	15:00～16:00 ビューティーヨガ HITOMI ★	15:00～16:00 ピギナーヨガ AI ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ ゆっきー ★★	15:00～16:00 シェイプアップヨガ しずか ★★★	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 ★★★	15:00～16:00 リフレッシュヨガ Mana ★★	15:00～16:00 ビューティーヨガ HITOMI ★	
15:30																	
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 やさしいフローヨガ Mana ★	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 ★★	16:30～17:30 やさしいフローヨガ Mana ★	16:00～17:30 温活タイム	
17:00																	
17:30							18:00 閉館						18:00 閉館	18:00 閉館			
18:00	↓ 変更 ↓		↓ 変更 ↓														
18:30	18:30～19:30 リフレッシュヨガ AI ★★	18:30～19:30 やさしい デトックスヨガ HITOMI ★	18:30～19:30 ピラティス CHIEMI ★★	18:30～19:30 ピギナーヨガ ゆっきー ★	18:30～19:30 フローヨガ 狩生 さやか ★★		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 ピラティス CHIEMI ★★	18:30～19:30 ピギナーヨガ ゆっきー ★	18:30～19:30 ベーシックヨガ ゆっきー ★	18:30～19:30 フローヨガ 狩生 さやか ★★			18:30～19:30 コンディショニング ピラティス AKO ★★		
19:00																	
19:30			↓ 変更 ↓							↓ 変更 ↓							
20:00	20:00～21:00 ピギナーヨガ SHIORI ★	20:00～21:00 有線 コンディショニングヨガ 狩生 さやか ★★	20:00～21:00 ストレッチングヨガ CHIEMI ★	20:00～21:00 ピラティス Kaoru ★★	20:00～21:00 リラックスヨガ 狩生 さやか ★		20:00～21:00 ピギナーヨガ SHIORI ★	20:00～21:00 有線 コンディショニングヨガ 狩生 さやか ★★	20:00～21:00 ストレッチングヨガ CHIEMI ★	20:00～21:00 ストレッチングヨガ CHIEMI ★	20:00～21:00 ピラティス Kaoru ★★	20:00～21:00 リラックスヨガ 狩生 さやか ★			20:00～21:00 ピギナーヨガ SHIORI ★		
20:30																	
21:00			↓ 変更 ↓				21:30 閉館			↓ 変更 ↓			21:30 閉館				
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 ピギナーヨガ KAZUMI ★	21:30～22:15 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★			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～ KAZUMI ★	21:30～22:15 やさしい ストレッチングヨガ CHIEMI ★	21:30～22:15 ピギナーヨガ KAZUMI ★	21:30～22:15 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★				21:30～22:15 フローヨガ SHIORI ★★		
22:00																	
22:30																	
23:00	閉館	閉館	閉館	閉館	閉館			閉館	閉館	閉館	閉館				閉館		

※全てのレッスンは定員45名です。
 ※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。
 ※スタジオ内の私語はご遠慮ください。
 ※レッスン中・温活タイム中は、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カウントとさせていただきます。

※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 10:00～21:30
 土日祝 9:00～18:00

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
 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。