

CALDO KANAYAMA STUDIO TIMETABLE
カルド金山 7月16日(木)～7月31日(金) スタジオスケジュール

	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)		7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)		7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)	
9:00	休館日							9:00				休館日							
9:30								9:30											
10:00				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 ★	9:30～10:30 メリハリ美ボディ ピラティス Kaoru ★★			10:00	↓IR変更↓			9:30～10:30 リフレッシュヨガ AI ★★	↓PG変更↓					
10:30		10:30～11:30 ピラティス AKO ★★					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	10:30～11:30 リラクسسヨガ ～アロマ～ caeco ★	10:30～11:30 ピラティス AKO ★★			10:30～11:30 シェイプアップヨガ 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 ～アロマ～ kyoko ★	10:30～11:30 リラクسسヨガ ～アロマ～ kyoko ★	
11:00			11:00～12:00 ビューティーヨガ AI ★	11:00～12:00 骨盤 コンディショニングヨガ ジュン ★★	11:00～12:00 美柔軟ヨガ Marina ★				11:00	↓IR変更↓			11:00～12:00 ビューティーヨガ AI ★	↓PG変更↓					
11:30									11:30										
12:00		12:00～13:00 ビギナーピラティス ゆん ★					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	12:00～13:00 姿勢改善ピラティス AKO ★★	12:00～13:00 ビギナーピラティス ゆん ★			12:00～13:00 ベーシックヨガ 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 ★★		
12:30									12:30										
13:00									13:00						↓PG変更↓				
13:30		13:30～14:30 ボディメイクヨガ 池上 元香 ★★	13:30～14:30 リラクسسヨガ ～プラネタリウム～ ジュン ★	13:30～14:30 ビギナーヨガ KAZUMI ★	13:30～14:30 開脚フローヨガ Kumiko ★★	13:30～14:30 ピラティス CHIEMI ★★	13:30～14:30 やさしいフローヨガ ゆつきー ★	13:30	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 リラクسسヨガ ～プラネタリウム～ ジュン ★		13:30～14:30 ビューティーヨガ HITOMI ★	13:30～14:30 ピラティス CHIEMI ★★	13:30～14:30 やさしいフローヨガ ゆつきー ★	13:30～14:30 ベーシックヨガ しずか ★★			
14:00			↓PG・IR変更↓						14:00						↓PG変更↓				
14:30									14:30						↓PG変更↓				
15:00		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 やさしいフローヨガ ゆつきー ★	15:00～16:00 リフレッシュヨガ Mana ★★	15:00～16:00 インド伝統ハタヨガ Kumiko ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AI ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ ゆつきー ★★	15:00	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 ボディ コンディショニングヨガ HITOMI ★★	15:00～16:00 ビギナーヨガ AI ★	15:00～16:00 ベーシックヨガ ゆつきー ★★	15:00～16:00 シェイプアップヨガ しずか ★★★			
15:30			↓IR変更↓						15:30										
16:00		16:00～17:30 温活タイム (アロマ)			16:30～17:30 やさしく巡る 星空ヨガ ジュン ★1.5				16:00	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 ★★		16:00～17:30 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	
16:30									16:30										
17:00									17:00										
17:30									17:30										
18:00			18:00 閉館	18:00 閉館	18:00 閉館				18:00				18:00 閉館						
18:30		18:30～19:30 フローヨガ 狩生 さやか ★★					18:30～19:30 ピラティス HITOMI ★	18:30～19:30 ピラティス CHIEMI ★★	18:30	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 ★★			18:30～19:30 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 ビギナーヨガ ゆつきー ★		
19:00									19:00										
19:30									19:30										
20:00		20:00～21:00 リラクسسヨガ 狩生 さやか ★					20:00～21:00 骨盤 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	20:00～21:00 ピラティス Kaoru ★★	20:00～21:00 リラクسسヨガ 狩生 さやか ★			20:00～21:00 ビギナーヨガ SHIORI ★	20:00～21:00 骨盤 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 ボディメイクヨガ 狩生 さやか ★★	↓PG・IR変更↓	
20:30									20:30										
21:00		21:30 閉館							21:00										
21:30									21:30	21:30～22:15 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★									
22:00							21:30～22:15 リラクسسヨガ ～プラネタリウム～ Mayo ★	21:30～22:15 ビギナーヨガ KAZUMI ★	22:00	21:30～22:15 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★				21:30～22:15 リラクسسヨガ ～プラネタリウム～ Mayo ★	21:30～22:15 ビギナーヨガ KAZUMI ★	21:30～22:15 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★			
22:30									22:30										
23:00									23:00 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。**
※スタジオ内で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ご利用の場合は1カウントとさせていただきます。
※赤字の表記のIR:インストラクター・PG:プログラムのことです。

※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

アロマ プラネタリウム



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。