

CALDO KANAYAMA STUDIO TIMETABLE

カルド金山店 8月24日(月)～8月31日(月)スタジオスケジュール

	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)	8月30日(日)	8月31日(月)
9:00			休館日					休館日
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 ★	
10:30	10:30～11:30 シェイプアップヨガ しずか ★★★	10:30～11:30 ヒーリングヨガ ～アロマ～ caeco ★		10:30～11:30 姿勢改善ピラティス kyoko ★★	10:30～11:30 ピラティス AKO ★★	↓PG変更↓		
11:00						11:00～12:00 全身リカバリー AI ★	11:00～12:00 骨盤 コンディショニングヨガ ジュン ★★	
11:30								
12:00	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 リラックスヨガ ～プラネタリウム～ kyoko ★	12:00～13:00 ビギナーピラティス ゆん ★			
12:30								
13:00								
13:30	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 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 ～プラネタリウム～ ジュン ★	13:30～14:30 ビギナーヨガ KAZUMI ★	
14:00								
14:30								
15:00	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 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 ★★	
15:30								
16:00	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						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 ～アロマ～ Mana ★	
17:00								
17:30								
18:00	↓代行レッスン↓					18:00 閉館	18:00 閉館	
18:30	18:30～19:30 リフレッシュヨガ 狩生 さやか ★★	18:30～19:30 やさしい デトックスヨガ HITOMI ★		18:30～19:30 ビギナーヨガ ゆっきー ★	18:30～19:30 フローヨガ 狩生 さやか ★★			
19:00								
19:30								
20:00	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 ★★		↓PG変更↓ 20:00～21:00 ボディメイク ピラティス Kaoru ★★	↓PG変更↓ 20:00～21:00 リラックスヨガ ～プラネタリウム～ 狩生 さやか ★			
20:30								
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 ストレッチングヨガ ～アロマ～ ユウ ★	21:30 閉館			
22:00								
22:30								
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館		23:00 閉館				

※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・火・水・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。