

CALDO MINATOGAWA STUDIO TIMETABLE
 カルド湊川店 4月16日(木)~4月30日(木) スタジオスケジュール

| | 4月16日(木) | 4月17日(金) | 4月18日(土) | 4月19日(日) | 4月20日(月) | 4月21日(火) | 4月22日(水) | 4月23日(木) | 4月24日(金) | 4月25日(土) | 4月26日(日) | 4月27日(月) | 4月28日(火) | 4月29日(水) | 4月30日(木) | | |
|-------|----------|-------------------------------------|---|---|--|--|--|----------|--|-------------------------------|---|------------------------------------|--|-------------------------------------|--|---|--|
| 10:00 | 休館日 | | | | | | | 休館日 | | | | | | | | | |
| 10:30 | | 10:30~11:30 ヴィンヤサフローヨガ ゆな ★★★ | 10:30~11:30 ピギナーヨガ ゆな ★ | 10:30~11:30 骨盤 コンディショニングヨガ YUKARi ★★ | 10:30~11:30 ビューティーヨガ Yuka ★ | 10:30~11:30 デトックスヨガ ★★ ゆな | 10:30~11:30 ピギナーヨガ Naomi ★ | | 10:30~11:30 ヴィンヤサフローヨガ ゆな ★★★ | 10:30~11:30 ピギナーヨガ ゆな ★ | 10:30~11:30 骨盤 コンディショニングヨガ YUKARi ★★ | 10:30~11:30 ビューティーヨガ Yuka ★ | 10:30~11:30 フロアヨガ toyoko ★★ | 10:30~11:30 フロアヨガ toyoko ★★ | 10:30~11:30 ゆるデトックスヨガ CHIE ★ | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | 12:00~13:00 リラククスヨガ ゆな ★ | 12:00~13:00 パワーヨガ ゆな ★★★ | 12:00~13:00 アロマ ビューティーヨガ toyoko ★ | 12:00~13:00 リフレッシュヨガ Yuka ★★ | 12:00~13:00 アロマ リラククスヨガ MITSU ★ | | 12:00~13:00 姿勢改善ヨガ Naomi ★★ | | 12:00~13:00 リラククスヨガ ゆな ★ | 12:00~13:00 パワーヨガ ゆな ★★★ | 12:00~13:00 アロマ ビューティーヨガ toyoko ★ | 12:00~13:00 ボディメイクヨガ Yuka ★★ | 12:00~13:00 アロマ リラククスヨガ MITSU ★ | 12:00~13:00 疲労回復! リフレッシュヨガ CHIE ★★ | |
| 12:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:30 | | | | 13:30~14:30 デトックスヨガ CHIE ★ | 13:30~14:15 ボディメイクヨガ toyoko ★★ | 13:15~15:00 温活タイム | 13:30~14:30 リフレッシュヨガ MITSU ★★ | | | | 13:30~14:30 デトックスヨガ CHIE ★ | 13:30~14:15 ピラティス toyoko ★★ | 13:30~14:30 陰ヨガ Ayumi ★ | 13:30~14:30 リフレッシュヨガ MITSU ★★ | | 13:15~13:45 温活タイム | |
| 14:00 | | | 14:00~15:00 骨盤 コンディショニングヨガ toyoko ★★ | | | | | | 14:15~15:15 シェイプアップヨガ YUKARi ★★★ | | 14:00~15:00 骨盤 コンディショニングヨガ toyoko ★★ | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | 15:00~16:00 フローヨガ CHIE ★★ | | | | | | | | | 15:00~16:00 フローヨガ CHIE ★★ | | | | 14:15~15:15 心も体も ビューティーヨガ YUKARi ★ | |
| 15:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 15:45~16:45 ウェーブリングヨガ 市村 仁美 ★ | 16:00~17:00 やさしい デトックスヨガ Chii ★ | 14:45~17:00 温活タイム | | 15:30~17:00 温活タイム | | | | | 14:45~17:00 温活タイム | 14:45~17:00 温活タイム | 16:00~17:00 ディープ リラククスヨガ 市村 仁美 ★ | |
| 16:30 | | | 16:30~17:30 アロマ ビューティーヨガ Yuko ★ | 16:15~17:00 温活タイム | | | | | | | 16:30~17:30 アロマ ビューティーヨガ Yuko ★ | 16:15~17:00 温活タイム | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:30 | | | | 17:30~18:30 やさしい パワーヨガ 淡川 麻智枝 ★ | 17:30~18:30 やさしい パワーヨガ 市村 仁美 ★★ | 18:00~19:00 姿勢改善ヨガ Aya ★★ | 18:00~19:00 やさしい デトックスヨガ CHIE ★ | | 18:00~19:00 リラククスヨガ 市村 仁美 ★ | | | 17:30~18:30 リラククスヨガ 淡川 麻智枝 ★ | 17:30~18:30 やさしい パワーヨガ 市村 仁美 ★★ | | | 17:30~18:30 ベーシック パワーヨガ 市村 仁美 ★★ | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | 18:00~19:00 姿勢改善ヨガ Aya ★★ | 18:00~19:00 やさしい デトックスヨガ CHIE ★ | | |
| 18:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | 19:00~20:00 ストレッチングヨガ Eri ★ | 19:00 閉館 | 19:00 閉館 | | | | | | 19:00~20:00 ストレッチングヨガ Eri ★ | 19:00 閉館 | 19:00 閉館 | | | 19:00 閉館 | |
| 19:30 | | | | | | 19:30~20:30 ピギナーヨガ Aya ★ | 19:30~20:30 ヴィンヤサフローヨガ CHIE ★★★ | | 19:30~20:30 やさしい パワーヨガ 市村 仁美 ★★ | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | 19:30~20:30 ピギナーヨガ Aya ★ | 19:30~20:30 ヴィンヤサフローヨガ CHIE ★★★ | | |
| 20:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | 20:30~21:30 ベーシックヨガ Eri ★★ | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | 21:00~21:45 ベーシックヨガ Hiro ★★ | 21:00~21:45 ヒーリングヨガ Yuka ★ | | 21:00~22:00 やさしい フローヨガ マユリ ★ | | 20:30~21:30 ベーシックヨガ Eri ★★ | | | 21:00~22:00 ベーシックヨガ Hiro ★★ | 20:45~22:00 温活タイム | | |
| 22:00 | | 22:00 閉館 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:30 | | | | | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | | | | | 22:30 閉館 | 22:30 閉館 | | | | |

※全てのレッスンは定員50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いたします。
 ※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)、時間外利用料も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。
 ※スタジオへはタオル類、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、岩盤浴室内はバスタオルを敷いてご利用ください。

【営業時間】

| | |
|-------------------|-------------|
| 月・火・水 | 10:00~22:30 |
| 金 | 10:00~22:00 |
| 土・日・祝 | 10:00~19:00 |
| 休館日 | 毎週木曜日 |
| ※祝日は特別プログラムとなります。 | |

★の数は強度・難度を示します。
 ★初級 ★★中級 ★★★上級
 :ゆるホットのレッスンとなります。
 ※赤枠は時間が変わっています。