

CALDO KUSATSUSHIGA STUDIO TIMETABLE  
 カルド草津滋賀 5月1日(金)~5月15日(金) スタジオスケジュール

	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月15日(金)
10:30	10:30~11:30 アロマリフレッシュヨガ NAO ★★	10:30~11:30 骨盤コンディショニング ヨガ Lina ★★					10:30~11:30 アロマリフレッシュヨガ NAO ★★	10:30~11:30 骨盤コンディショニング ヨガ Lina ★★	※内容変更 10:30~11:30 アロマデトックスヨガ ゆうは ★★	10:30~11:30 ベーシックヨガ Sai ★★	10:30~11:30 ビギナーピラティス Aoi ★	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ haruka ★	10:30~11:30 アロマリフレッシュヨガ NAO ★★
12:00	12:00~13:00 リラックスヨガ seri ★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Lina ★					12:00~13:00 リラックスヨガ seri ★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Lina ★	※内容変更 12:00~12:45 Beat shape ゆうは ★★ 温活タイム15分	12:00~13:00 ヴィンヤサフローヨガ YUMI ★★★	※内容変更 12:00~13:00 ベーシックヨガ AKANE ★★★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Aki ★	12:00~13:00 リラックスヨガ seri ★
13:30	13:30~14:30 コアトレヨガ seri ★★	13:30~14:30 フローヨガ あやの ★★					13:30~14:30 コアトレヨガ seri ★★	13:30~14:30 フローヨガ あやの ★★	13:30~14:30 アロマリラックスヨガ AYA ★	13:30~14:30 アロマデトックスヨガ つくし ★★	※内容変更 13:30~14:30 シェイプアップヨガ Sai ★★★	※内容変更 13:30~14:30 フローヨガ つくし ★★	13:30~14:30 コアトレヨガ seri ★★
15:00	15:00~16:00 アロマ ビューティーヨガ Ayano ★	15:00~16:00 アロマパワーヨガ MAIKA ★★★					15:00~16:00 アロマ ビューティーヨガ Ayano ★	15:00~16:00 アロマパワーヨガ MAIKA ★★★	15:00~16:00 ピラティス MaMi ★★	※定員30名※ 15:00~15:45 筋膜ローラーほぐし & リラックス45 つくし ★	※内容変更 15:00~16:00 ヒーリングヨガ Sai ★	15:00~16:00 デトックスヨガ Lina ★★	15:00~16:00 アロマ ビューティーヨガ Ayano ★
16:00	温活タイム 16:00~16:30						温活タイム 16:00~16:30			温活タイム 15:45~16:30	温活タイム 16:00~16:30	温活タイム 16:00~16:30	温活タイム 16:00~16:30
16:30		16:30~17:30 やさしい デトックスヨガ MAIKA ★						16:30~17:30 やさしい デトックスヨガ MAIKA ★	16:30~17:30 ビギナーヨガ MaMi ★				
18:00		18:00 閉館						18:00 閉館	18:00 閉館				
18:30	18:30~19:30 シェイプアップヨガ 香里 ★★★						18:30~19:30 シェイプアップヨガ 香里 ★★★			18:00~19:00 姿勢改善ヨガ みーこ ★★	18:30~19:30 やさしいアロマ デトックスヨガ AYA ★	18:00~19:00 ビギナーヨガ ai ★	18:30~19:30 シェイプアップヨガ 香里 ★★★
19:30										19:30~20:30 アロマビギナーヨガ ゆうは ★		19:30~20:30 ボディメイクヨガ ai ★★	
20:00	20:00~21:00 ストレッチングヨガ 香里 ★						20:00~21:00 ストレッチングヨガ 香里 ★				20:00~21:00 リフレッシュヨガ AYA ★★		20:00~21:00 ストレッチングヨガ 香里 ★
21:00										21:00~21:45 Beat shape ゆうは ★★		21:00~22:00 ベーシックヨガ AKANE ★★	
21:30	21:30 閉館						21:30 閉館				21:30 閉館		21:30 閉館
22:00													
22:30										22:30 閉館		22:30 閉館	

祝日プログラム調整中

祝日プログラム調整中

祝日プログラム調整中

祝日プログラム調整中

休館日

休館日

※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体調不良を除き、お断りしております。シャワーブース場所取りの為に途中退室はご遠慮ください。  
 ※レッスンを途中退室された場合、スタジオへの再入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。  
 ※スタジオ内はバスタオルやヨガマットを敷いてご利用ください。  
 ※プログラムは変更となる場合もございますので予めご了承ください。

【ジムエリアご利用】  
 閉館の30分前まで

★は強度を示します。  
 ★初級/★★初級~中級/★★★中級~上級