

CALDO KUSATSUSHIGA STUDIO TIMETABLE  
カルド草津滋賀 7月16日(木)~7月31日(水) スタジオスケジュール

	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月21日(火)	7月22日(水)	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31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 ★★	※内容変更 10:30~11:30 やさしい フローヨガ 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 ★★	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 ベーンシックヨガ 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 リラクゼーション seri ★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Lina ★	※内容変更 12:00~13:00 パワーヨガ Sai ★★★	12:00~13:00 ベーンシックヨガ AKANE ★★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Aki ★	12:00~13:00 リラクゼーション seri ★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Lina ★	12:00~12:45 Beat shape ゆうは ★★ 温活タイム15分	12:00~13:00 ウインヤササキヨガ YUMI ★★★	12:00~13:00 ベーンシックヨガ AKANE ★★	12:00~13:00 ストレッチングヨガ Aki ★	12:00~13:00 リラクゼーション 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 アロマリラクゼーション AYA ★	※内容変更 13:30~14:45 ヨガアドバンス75 ゆうは ★3.5	13:30~14:30 アロマフローヨガ ★★ つくし	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 アロマリラクゼーション 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 ★★★	13:30~14:30 アロマフローヨガ ★★ 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 MAKA ★★★	15:00~16:00 ピラティス MaMi ★★	※内容変更 15:00~16:00 やさしい デトックスヨガ ゆうは ★	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 ★	15:00~16:00 アロマパワーヨガ MAKA ★★★	15:00~16:00 ピラティス MaMi ★★	15:00~15:45 筋膜リリースほぐし &リラックス45 らくし ★ 温活タイム 15:45~16:30	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 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 MAKA ★	16:30~17:30 ビギナーヨガ MaMi ★				16:30~17:30 やさしい デトックスヨガ MAKA ★	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	18:00 閉館				
18:30	18:30~19:30 シェイプアップヨガ 香里 ★★★			18:30~19:30 やさしいアロマ デトックスヨガ AYA ★	18:00~19:00 リラクゼーション ai ★	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 リラクゼーション ai ★	18:30~19:30 シェイプアップヨガ 香里 ★★★
19:00												
19:30					19:30~20:30 ボディメイクヨガ ai ★★				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 リフレッシュヨガ AYA ★★		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 ★
20:30												
21:00					21:00~22:00 ベーンシックヨガ AKANE ★★				21:00~21:45 Beat shape ゆうは ★★		21:00~22:00 ベーンシックヨガ AKANE ★★	
21:30	21:30 閉館			21:30 閉館		21:30 閉館				21:30 閉館		21:30 閉館
22:00												
22:30					22:30 閉館							

休館日

休館日

休館日

祝日プログラムは別紙をご確認ください

※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の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