

CALDO TOMISHIRO STUDIO TIMETABLE  
カルド豊見城 1月スタジオスケジュール

★レッスン時間、溶岩タイム時間に大きく変更がございます★

★溶岩タイムではメンテナンスグッズをご利用いただけます★

月	火	水	木	金	土	日
10:00	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	10:00
10:30	10:30~11:30 やさしいフローヨガ かなこ ★★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ 花 ★★	10:30~11:30 ストレッチングヨガ MISAKI ★	10:30~11:15 ベースックヨガ 鈴★★	10:30~11:30 やさしい デックスヨガ MAKIKO ★	10:30
11:00	溶岩タイム～11:45	溶岩タイム～11:45	溶岩タイム～11:45		溶岩タイム～11:45	11:00
11:30					溶岩タイム～11:45	11:30
12:00	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	12:00
12:30	12:15~13:15 テンセグリティー・ ヴィンヤサ かなこ ★★★	12:15~13:15 キャンドル リラックスヨガ 花 ★	12:15~13:00 アロマ 冷えむくみ改善ヨガ MISAKI★★	溶岩タイム 11:15~13:30	12:15~13:15 コアトレヨガ MAKIKO ★★	12:15~13:15 プラネタリウム ヒーリングヨガ MISAKI ★
13:00		溶岩タイム～13:30			溶岩タイム～13:30	13:00
13:30						13:30
14:00	溶岩タイム 13:15~15:00	レッスン変更	溶岩タイム 13:00~15:00	レッスン変更	溶岩タイム 13:15~15:00	14:00
14:30		14:00~15:00 アロマ ルーシーダットン ヒロコ ★★		14:00~15:00 ストレッチングヨガ 彩 ★		アロマ溶岩タイム 13:15~15:15
15:00						15:00
15:30	レッスン変更		レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	15:30
16:00	15:30~16:30 アロマ ビギナーヨガ みゆき ★		15:30~16:30 ベースックヨガ 珠恵 ★★	15:30~16:30 パワーヨガ 鈴★★★	15:45~16:45 アロマ リラックスヨガ Ami★	15:45~16:30 リフレッシュヨガ みゆき★★
16:30	溶岩タイム～16:45		溶岩タイム 15:00~18:30			溶岩タイム～17:00
17:00	レッスン変更		レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	17:00
17:30	17:15~18:15 やさしい パワーヨガ みゆき ★★		17:15~18:00 アロマ ビューティヨガ 鈴★	17:15~18:30 溶岩タイム～18:30		17:30~18:30 冷え・むくみ 改善ヨガ Ami ★★
18:00	溶岩タイム～18:30					
18:30						シャワー待ちの間は溶岩タイムとして ご利用いただけます。
19:00	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	19:00
19:30	19:00~20:00 キャンドル テンセグリティ・ ヨガ® Miki ★★	19:00~19:45 プラネタリウム ストレッチングヨガ Yasuyo★	19:00~20:00 シェイプアップ ヨガ MAKIKO★★★	19:00~19:45 フローヨガ Ami ★★	19:00~20:00 アロマ ビギナーヨガ 週替わりIR★	19:30
20:00	溶岩タイム～20:00		溶岩タイム～20:15		溶岩タイム～20:15	20:00
20:30	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	レッスン変更	20:30
21:00	20:45~21:30 キャンドル 陰ヨガ Miki★	20:30~21:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ Yasuyo ★★	20:45~21:30 プラネタリウム ヒーリングヨガ MAKIKO★	20:30~21:30 キャンドル リラックスヨガ Ami ★	20:45~21:30 週替わりレッスン ★★	21:00
21:30	溶岩タイム～20:00		溶岩タイム～20:15			21:30
22:00						22:00
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30

※全てのレッスンは定員40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・清掃の関係でレッスン開始30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入れください。  
※スタジオ内の私語はご遠慮ください。

※溶岩タイム中は、スタジオは自由に入り出しが可です。

※レッスン中・溶岩タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。

※スタジオからご退出の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。



LINE



Instagram

《営業時間》  
平日 10:00~22:30  
土日祝 10:00~20:00

《1月休館日のお知らせ》  
1~4日、16日  
26日、31日

※1月6日(火)は営業いたします。



CALDO.TOMISHIROTOMITON