

# CALDO TOMISHIRO STUDIO TIMETABLE

## カルド豊見城 3月スタジオスケジュール

★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	IR変更						
10:30	10:30~11:30 やさしいフローヨガ かなこ★	10:30~11:30 ストretchingヨガ MISAKI★	10:30~11:15 ベーシックヨガ 鈴★★	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ MAKIKO★	10:30~11:30 フローヨガ MISAKI★★	10:30~11:30 ビューティーヨガ マイコ★	
11:00							
11:30	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	溶岩タイム~11:45	
12:00	IR変更 レッスン変更						
12:30	12:15~13:15 デンセグリティ・ ヴィンヤサ かなこ★★★	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★	12:15~13:15 姿勢改善ヨガ マイコ★★	
13:00							
13:30	溶岩タイム 13:15~15:00	溶岩タイム 13:00~15:00		溶岩タイム 13:15~15:00	溶岩タイム~13:30		
14:00	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★		14:00~14:45 ベーシックヨガ 珠恵★★	アロマ溶岩タイム 13:15~15:15	
14:30					溶岩タイム ~15:15		
15:00							
15:30	15:30~16:30 アロマ ピギナーヨガ みゆき★	15:30~16:30 ベーシックヨガ 珠恵★★	溶岩タイム 15:00~16:45	15:30~16:15 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★★	
16:00							
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	溶岩タイム~17:00	
17:00							
17:30	17:15~18:15 やさしい パワーヨガ みゆき★★	溶岩タイム 16:30~18:30	17:15~18:00 アロマ ビューティーヨガ 鈴★	溶岩タイム 16:15~18:30	17:30~18:30 冷え・むくみ 改善ヨガ Ami★★	17:30~18:30 SENセルフマッサージ × ルーシーダットン ヒロコ★	
18:00			溶岩タイム ~18:30				
18:30			IR変更 レッスン変更		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	19:00~19:45 キャンドル デンセグリティ・ 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 姿勢改善ヨガ 花★★	19:00~20:00 アロマ ピギナーヨガ 週替わりIR★		
19:30		溶岩タイム~20:00		溶岩タイム~20:00			
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 閉館	20:00 閉館	
20:30	レッスン変更		IR変更		<b>《営業時間》</b> 平日 10:00~22:30 土日祝 10:00~20:00  <b>《3月休館日のお知らせ》</b> 6日、16日、26日、31日		
21:00	20:45~21:30 キャンドル 陰ヨガ Miki★	20:30~21:30 フローヨガ 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 花★			20:45~21:30 週替わりレッスン ★★
21:30	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。						
22:00							
22:30	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お入れください。
- ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
- ※溶岩タイム中は、スタジオは自由に出入り可能です。
- ※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