

CALDO SHIBUYA STUDIO TIMETABLE

カルド渋谷 9月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00					9:00~10:00 週替わりレッスン ★★	9:00~10:00 やさしいデトックスヨガ TAEKO ★
9:30						
10:00						
10:30	10:30~11:30 ビューティーヨガ TAEKO ★	10:30~11:30 ボディメイクヨガ Ryo ★★	10:30~11:30 ヴィンヤサフローヨガ MASAYUKI ★★★	10:30~11:30 ビギナーヨガ shige ★	10:30~11:30 フローヨガ MIKA ★★	10:30~11:30 骨盤 コンディショニングヨガ TAEKO ★★
11:00						
11:30					11:30~12:30 溶岩タイム	11:30~12:30 溶岩タイム
12:00		11:30~13:00 溶岩タイム	11:30~13:00 溶岩タイム			
12:30	12:30~13:30 やさしいパワーヨガ Riho ★★		12:30~13:30 デトックスヨガ MAKOTO ★★			
13:00					↓IR・内容変更	
13:30	13:30~14:30 溶岩タイム	13:30~14:30 リラックスヨガ yayoi ★	13:30~14:30 KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★	13:30~14:30 溶岩タイム	13:30~14:30 ストレッチングヨガ REIKO ★	13:30~14:30 シェイプアップヨガ MIHO ★★★
14:00						
14:30					↓IR変更	
15:00	15:00~16:00 アロマリラックスヨガ MIHO ★	14:30~15:30 溶岩タイム	14:30~15:30 溶岩タイム	15:00~16:00 ビューティーヨガ MAKOTO ★	15:00~16:00 パワーヨガ REIKO ★★★	15:00~16:00 ビギナーヨガ MIHO ★
15:30						
16:00	16:00~17:00 溶岩タイム	16:15~17:15 アロマデトックスヨガ 辻陽子 ★★	16:15~17:15 ビギナーヨガ Mariko ★	16:00~17:00 溶岩タイム		
16:30					16:30~17:30 ビギナーピラティス 田中 深雪 ★	16:30~17:30 リフレッシュヨガ MASAYUKI ★★
17:00		17:15~17:45 溶岩タイム	17:15~17:45 溶岩タイム			
17:30						
18:00					18:00~19:00 デトックスヨガ MADOKA ★★	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ MASAYUKI ★
18:30	18:20~19:20 リフレッシュヨガ REIKO ★★	18:10~19:10 やさしいフローヨガ satomi ★	18:10~19:10 やさしい アロマデトックスヨガ Ree ★	18:30~19:30 ヴィンヤサフローヨガ asami ★★★		
19:00					19:00~19:15	19:00~19:15
19:30						
19:45	19:45~20:30 ヒーリングヨガ REIKO ★	19:35~20:35 パワーヨガ satomi ★★★	19:35~20:35 リフレッシュヨガ TOMO ★★	20:00~20:45 ボディメイクヨガ よし ★★		
20:00						
20:30						
21:00	21:00~22:00 フローヨガ MASAYUKI ★★	21:00~22:00 KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★	21:00~22:00 リラックスヨガ 週替わり担当 ★	21:15~22:00 やさしい アロマデトックスヨガ よし ★		
21:30						
22:00						
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	20:00 閉館	20:00 閉館

休館日

営業時間	
平日	10:00~22:30
土日	08:30~20:00
祝日	10:00~20:00
休館日	毎週金曜日
強度	
★	初級
★★	中級
★★★	上級

レッスン参加につきまして

※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)でご参加いただけます。
 ※マンスリー4会員様・デイトタイム会員様は、時間外利用料1,980円(税込)で規定の回数、時間外のレッスンに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に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。
 ※バスタオルを敷いてご利用下さい。
 ※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。

公式LINE

代行情報や
 レッスンスケジュール
 など随時配信中！

@カルド渋谷