

CALDO SHIBUYA STUDIO TIMETABLE

カルド渋谷 10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	↓IR変更				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	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 mika ★★	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 ★		
11:30						
12:00	11:30～13:00 溶岩タイム	11:30～13:00 溶岩タイム			11:30～12:30 溶岩タイム	11:30～12:30 溶岩タイム
12:30						
13:00	↓IR変更					
13:30	13:30～14:30 溶岩タイム	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	14:30～15:30 溶岩タイム	14:30～15:30 溶岩タイム				
15:00	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ MIHO ★		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	↓IR変更				↓内容変更	
16:30	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 Ree ★	16:00～17:00 溶岩タイム	16:30～17:30 ビギナーピラティス with ストレッチボール 田中 深雪 ★	16:30～17:30 リフレッシュヨガ MASAYUKI ★★
17:00						
17:30	17:15～17:45 溶岩タイム	17:15～17:45 溶岩タイム				
18:00						
18:30	18:20～19:20 リフレッシュヨガ REIKO ★★	18:10～19:10 やさしい アロマデトックスヨガ 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 ★★★	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 ★
19:00					19:00～19:15	19:00～19:15
19:30						
20:00	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 閉館	20:00 閉館
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 リフレッシュヨガ 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		

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