

CALDO IKEBUKURO STUDIO TIMETABLE カルド池袋 7月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00						
9:30					9:00~10:00 リフレッシュヨガ ミヤコ ★★	9:00~10:00 週替わりレッスン
10:00						
10:30	10:30~11:30 ボディメイクヨガ 愛里 ★★	10:30~11:30 パワーヨガ YUNA ★★★	10:30~11:30 アロマ リラククスヨガ 瀧澤恵子 ★	10:30~11:30 やさしい フローヨガ 美嘉 ★	10:30~11:30 アロマ リラククスヨガ ミヤコ ★	10:30~11:30 週替わりレッスン
11:00						
11:30						
12:00	12:00~13:00 ストレッチング ヨガ 愛里 ★	12:00~13:00 ビューティーヨガ YUNA ★	12:00~13:00 デトックスヨガ 瀧澤恵子 ★★	12:00~13:00 やさしい パワーヨガ 美嘉 ★★	12:00~13:00 ヴィンヤサ フローヨガ CHISAKA ★★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ 及川えり ★
12:30						
13:00						
13:30	13:30~14:30 アロマ 姿勢改善ヨガ MEU ★★	13:30~14:30 リフレッシュヨガ つくは ★★	13:30~14:15 ビギナーヨガ yuka ★	13:30~14:30 やさしい デトックスヨガ hito ★	13:30~14:30 ビギナー ピラティス MADOKA ★	13:30~14:30 やさしい パワーヨガ 及川えり ★★
14:00						
14:30						
15:00	15:00~16:00 やさしい デトックスヨガ MEU ★	15:00~16:00 ストレッチング ヨガ つくは ★	15:00~16:00 やさしい パワーヨガ 西澤沙織 ★★	15:00~16:00 骨盤 コンディショニングヨガ hito ★★	15:00~16:00 コアトレヨガ MADOKA ★★	15:00~16:00 陰ヨガ 河崎優美子 ★
15:30						
16:00						
16:30	16:00~17:00 温活タイム	16:00~17:00 温活タイム	16:00~17:00 温活タイム	16:00~17:00 温活タイム	16:30~17:30 やさしい デトックスヨガ emiko ★	16:30~17:30 ボディメイク ピラティス 河崎優美子 ★★
17:00						
17:30						
18:00	18:00~19:00 ビギナーヨガ kotoho ★	18:15~19:00 やさしいフローヨガ HARU ★	18:15~19:00 姿勢改善ヨガ ありさ ★★	18:00~19:00 ベーシックヨガ MIHO ★★	18:00~19:00 肩こり・腰痛 改善ヨガ emiko ★★	18:00~19:00 リラククスヨガ hito ★
18:30						
19:00						
19:30	19:30~20:30 デトックスヨガ KAORU ★★	19:30~20:30 ボディメイクヨガ HARU ★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ ありさ ★	19:30~20:30 アロマ リラククスヨガ MASAYUKI ★		
20:00					20:00 閉館	20:00 閉館
20:30						
21:00	21:00~22:00 アロマ ストレッチングヨガ KAORU ★	21:00~22:00 やさしい デトックスヨガ ANDO ★	21:00~22:00 パワーヨガ りょう ★★★	21:00~22:00 フローヨガ MASAYUKI ★★		
21:30						
22:00						
22:30						
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館		

休館日

- ※全てのレッスンは定員64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。**
- ※バスタオルを敷いてご利用下さい。