

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE

カルド上野 9月スタジオスケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|---|--|--|---|--|---|
| | | | | ゆるHOT | | |
| 10:30~11:30 ビューティーヨガ 根岸 綾 ★アロマ | 10:30~11:30 リフレッシュヨガ Mina ★★ | 10:30~11:30 コアトレヨガ YUMIKO ★★ | 10:30~11:30 ビギナーヨガ yu-ki ★アロマ | 10:30~11:30 ヴィンヤサ フローヨガ ゆきこ ★★★ | 10:30~11:30 デトックスヨガ Eimi ★★ | 10:30~11:30 陰ヨガ Shuly ★ |
| 溶岩・温活 タイム 11:30~13:00 | 溶岩・温活 タイム 11:30~13:00 | 溶岩・温活 タイム 11:30~13:00 | 溶岩・温活 タイム 11:30~13:00 | 溶岩・温活 タイム 11:30~13:00 | 12:00~13:00 ビギナーヨガ Eimi ★アロマ | 12:00~13:00 パワーヨガ SEILA ★★★ |
| | | | | | IR・カテゴリー変更 | カテゴリー変更 |
| 13:30~14:30 デトックスヨガ Shuly ★★ | 13:30~14:30 ヒーリングヨガ yu-ki ★アロマ | 13:30~14:30 ビューティーヨガ ミヤコ ★ | 13:30~14:30 姿勢改善ヨガ 平瀬 友貴 ★★ | 13:30~14:30 ビギナーヨガ yumi ★ | 13:30~14:30 ベーシックヨガ さわだ ★★ | 13:30~14:30 ピラティス 平瀬 友貴 ★★ |
| 15:00~16:00 リラク্সヨガ Shuly ★ | 15:00~16:00 ボディメイクヨガ 真央 ★★ | 15:00~16:00 冷え・むくみ 改善ヨガ ミヤコ ★★ | 15:00~16:00 やさしい デトックスヨガ ANNA ★ | 15:00~16:00 フローヨガ 真央 ★★ | 15:00~16:00 やさしい フローヨガ しのぶ ★ | 15:00~16:00 ストレッチングヨガ 平瀬 友貴 ★アロマ |
| | 溶岩・温活 タイム 16:00~17:30 | 溶岩・温活 タイム 16:00~17:30 | 溶岩・温活 タイム 16:00~17:30 | 溶岩・温活 タイム 16:00~17:30 | ゆるHOT | カテゴリー変更 |
| | | | | | 16:30~17:30 ヴィンヤサ フローヨガ YURIKO ★★★ | 16:30~17:30 ムーンサイクル ヨガ しのぶ ★★ |
| | | | | | カテゴリー変更 | |
| 18:15~19:15 シェイプアップ ヨガ あさ美 ★★★ | 18:15~19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YURIKO ★★ | 18:15~19:15 ビギナーヨガ 別府 ゆうこ ★ | 18:15~19:00 週替わりレッスン ★アロマ | 18:15~19:15 ベーシックヨガ MIKI ★★ | 18:00~19:00 リフレッシュヨガ YURIKO ★★ | 18:00~19:00 リラク্সヨガ yumi ★ |
| | | | | | 19:30 閉館 | 19:30 閉館 |
| 19:45~20:45 デトックスヨガ kanae ★★ | 19:30~20:30 ストレッチング ヨガ YURIKO ★ | 19:45~20:45 ボディメイクヨガ Ryu ★★ | 19:30~20:30 パワーヨガ yu-ki ★★★ | 19:45~20:30 週替わりレッスン ★アロマ | 店舗案内 平日:10:00~22:30 土日祝:10:00~19:30 休館日:6、16、26、月末最終日 Instagram、LINEでお得な情報発信中！   | |
| | IR変更 | | | | | |
| 21:15~22:00 ヒーリングヨガ Ryu ★ | 21:00~22:00 フローヨガ ★★ RISA | 21:15~22:00 週替わりレッスン ★アロマ | 21:00~22:00 冷え・むくみ 改善ヨガ yu-ki ★★ | 21:00~22:00 週替わりレッスン ★★ | | |
| 22:30 閉館 | 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60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。

予約不要！手ぶらでOK！
スマホで簡単チェックイン
登録はこちらから↓

