

CALDO UENO STUDIO TIMETABLE

カルド上野 12月スタジオスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00								10:00
10:30	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 ★	10:30
11:00								11:00
11:30								11:30
12:00	温活タイム 11:30～13:00	温活タイム 11:30～13:00	温活タイム 11:30～13:00	温活タイム 11:30～13:00	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 ★★★	12:00
12:30								12:30
13:00								13:00
13:30	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 ★★	13:30
14:00								14:00
14:30								14:30
15:00	15:00～16:00 陰ヨガ Shuly ★	15:00～16:00 パワーヨガ 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 ボディメイクヨガ 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	15:00
15:30								15:30
16:00								16:00
16:30		温活タイム 16:00～17:30	温活タイム 16:00～17:30	温活タイム 16:00～17:30	温活タイム 16:00～17:30	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 ★★	16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30	18:15～19:15 シェイプアップ ヨガ あさ美 ★★★	18:00～19:00 ピラティス YURIKO ★★	18:15～19:15 ビギナーヨガ 別府 ゆうこ ★	18:00～19:00 リラクセスヨガ asami ★	18:15～19:15 ベーシックヨガ MIKI ★★	18:00～19:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ YURIKO ★★	18:00～19:00 リラクセスヨガ yumi ★	18:30
19:00								19:00
19:30						19:30 閉館	19:30 閉館	19:30
20:00	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！   CALDO_UENO LINE		
20:30								
21:00			期間限定					
21:30	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 ビューティーヨガ TOMO ★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 ★★			
22:00								
22:30	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↓

