

# CALDO HAMAMATSUCHO STUDIO TIMETABLE

## カルド浜松町 1月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	7:00 開館 7:30~8:15 ベーシックヨガ 朝倉 結 ★★ 8:15~8:30 溶岩タイム <b>1月2月限定</b>	7:00 開館 7:30~8:00 モーニングヨガ Yopico ★★ 8:00~8:30 溶岩タイム <b>1月2月限定</b>	8:30 開館	10:00 開館 7:30
10:30 ビギナーピラティス iso ★	10:30~11:30 やさしいデトックスヨガ sayaka ★	10:30~11:30 骨盤コンディショニングヨガ kaori ★★	10:30~11:15 アロマピューティーヨガ chie ★ 11:15~11:45 溶岩タイム	10:30~11:30 フローヨガ 真央 ★★ 11:30~12:00 溶岩タイム	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ Keiko ★ 11:30~12:00 溶岩タイム	10:30 ピラティス 平瀬 友貴 ★★ 11:30~12:45 溶岩タイム
11:00	11:30~12:00 溶岩タイム	11:30~11:45 溶岩タイム	12:00	12:30~13:30 リフレッシュヨガ sayaka ★★ 13:30~13:45 溶岩タイム	12:15~13:15 アロマヒーリングヨガ Mikako ★ 13:15~14:00 溶岩タイム	12:30~13:30 ビギナーピラティス 平瀬 友貴 ★ 13:30~14:45 デトックスヨガ 朝倉 結 ★★
11:30~12:00 溶岩タイム	12:00	12:00	12:30~13:30 フローヨガ 内田 あつこ ★★ 13:00~13:45 溶岩タイム	12:15~13:15 パワーヨガ mimi ★★★ 13:15~14:30 溶岩タイム	12:45~13:45 溶岩タイム	13:45~14:45 調整中 ★★
12:00	12:30~13:30 フローヨガ 内田 あつこ ★★ 13:00~13:45 溶岩タイム	12:30~13:30 リフレッシュヨガ sayaka ★★ 13:30~14:30 溶岩タイム	12:30~13:30 パワーヨガ mimi ★★★ 13:15~14:30 溶岩タイム	13:00~16:30 溶岩タイム	13:45~14:30 溶岩タイム	14:00~15:00
12:30~13:30 フローヨガ 内田 あつこ ★★ 13:00~13:45 溶岩タイム	13:00~13:45 溶岩タイム	13:00~13:45 溶岩タイム	13:00~16:30 溶岩タイム	13:00~16:00 ピラティス yayoi ★★ 16:00~16:15 溶岩タイム	15:00~16:15 ピラティス yayoi ★★ 16:00~16:15 溶岩タイム	15:00~16:00 ピラティス yayoi ★★ 16:00~16:15 溶岩タイム
13:00~13:45 溶岩タイム	13:30~14:30 溶岩タイム	13:30~14:30 溶岩タイム	13:30~16:30 溶岩タイム	16:00~17:45 ベーシックヨガ Mikako ★★ <b>カテゴリー変更</b>	16:45~17:45 ベーシックヨガ Mikako ★★ <b>カテゴリー変更</b>	17:00~17:45 パワーヨガ IZUMI ★★★
13:30~14:30 溶岩タイム	14:00~14:30 溶岩タイム	14:00~14:30 溶岩タイム	14:00~14:30 溶岩タイム	18:00~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
14:00~14:30 溶岩タイム	14:30~15:15 アロマ陰ヨガ KUROE ★ 15:00~16:00 姿勢改善ピラティス 美弥 ★★	14:30~15:30 ボディメイクヨガ YUMIKO ★★ 15:30~16:30 溶岩タイム	14:30~15:30 ボディメイクヨガ YUMIKO ★★ 15:30~16:30 溶岩タイム	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
14:30~15:15 アロマ陰ヨガ KUROE ★ 15:00~16:00 姿勢改善ピラティス 美弥 ★★	15:00~16:00 姿勢改善ピラティス 美弥 ★★ 16:00~16:30 溶岩タイム	15:00~16:00 コアトレヨガ tomomi ★★ 16:00~16:30 溶岩タイム	15:00~16:00 コアトレヨガ tomomi ★★ 16:00~16:30 溶岩タイム	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
15:00~16:00 姿勢改善ピラティス 美弥 ★★ 16:00~16:30 溶岩タイム	15:15~16:30 溶岩タイム	15:30~16:30 溶岩タイム	15:30~16:30 溶岩タイム	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
16:00~16:30 溶岩タイム	16:30	16:30	16:30	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
16:30	17:00	17:00	17:00	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
17:00	17:30~18:30 やさしいフローヨガ HIRONO ★ 18:00~18:30 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 18:30~18:45 デトックスヨガ Mikako ★★★	17:30~18:15 ピラティス MADOKA ★★★ 18:15~18:30 溶岩タイム	17:30~18:15 ピラティス MADOKA ★★★ 18:15~18:30 溶岩タイム	18:15~19:10 デトックスヨガ IZUMI ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:15~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
17:30~18:30 やさしいフローヨガ HIRONO ★ 18:00~18:30 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 18:30~18:45 デトックスヨガ Mikako ★★★	18:25~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:25~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:25~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:25~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:25~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
18:00~18:30 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 18:30~18:45 デトックスヨガ Mikako ★★★	18:30~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:30~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:30~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:30~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:30~19:10 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	18:00~19:10 ピラティス MADOKA ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:45~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★
18:30~18:45 デトックスヨガ Mikako ★★★ 19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム
19:00~19:45 リフレッシュヨガ HIRONO ★★ 19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	19:30~20:30 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム
19:30~20:00 アロマリラックスヨガ HIRONO ★ 20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム	20:00~20:30 溶岩タイム
20:00~20:30 溶岩タイム	20:30~20:40	20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★	20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★	20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★	20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★	20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★
20:30~21:30 リラックスヨガ misa ★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★
21:00~22:00 冷えむくみ改善ヨガ HIRONO ★★	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館	22:00 閉館
22:00 閉館	22:30 閉館	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25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。シャワープ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。

※必ずバスタオルを敷いてご利用下さい。

※木、金：9:00~10:00はクローズとなりますのでご了承くださいませ。

※木、金：7:00~10:00は事務手続き関係は出来かねますのでご了承くださいませ。

強度：★初級 ★★★中級 ★★★★★上級

22:00

22:30