

CALDO kichijouji STUDIO TIMETABLE  
カルド吉祥寺 7月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
10:00						10:00	
10:30	ゆるホット 10:30~11:30 ビギナーヨガ 恵梨華 ★	10:30~11:30 ワインヤサヨガ 加藤 絵美 ★★★			ゆるホット 10:30~11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★		
11:00					10:30~11:30 フローヨガ HARU ★★	10:30~11:30 リラックスヨガ inamo ★	10:30~11:30 ビギナーヨガ inamo ★
11:30							11:30
12:00	ゆるホット 12:00~13:00 フローヨガ ~ミュージック~ 恵梨華 ★★	12:00~13:00 リラックスヨガ タ子 ★		12:00~13:00 ボディメイクヨガ Tomoko ★★	12:00~13:00 ストレッチング ヨガ 石井 佳奈 ★	12:00~13:00 ベースックヨガ 乃野楓 ★★	12:00~13:00 ボディメイクヨガ HARU ★★
12:30							12:30
13:00							13:00
13:30	13:30~14:30 ストレッチング ヨガ Fuyuko ★	13:30~14:30 ベースックヨガ AKIM ★★	13:30~14:30 リラックスヨガ タ子 ★	13:30~14:30 コアトレヨガ 石井 佳奈 ★★	13:30~14:30 アロマ ビューティーヨガ 鷺谷 直子 ★	13:30~14:30 ストレッジング ヨガ yuki ★	13:30
14:00							14:00
14:30							14:30
15:00	15:00~16:00 ベースックヨガ Fuyuko ★★	15:00~16:00 ビギナーヨガ AKIM ★	15:00~16:00 デトックスヨガ タ子 ★★	15:00~16:00 やさしい フローヨガ AKI ★	15:00~16:00 パワーヨガ 恵梨華 ★★★	15:00~16:00 リラックスヨガ yuki ★	15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30							16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00	18:00~19:00 ビューティーヨガ Kaori ★	18:00~19:00 陰ヨガ RIKA ★	18:00~19:00 アロマ ヒーリングヨガ 鷺谷 直子 ★	18:00~19:00 デトックスヨガ MIHO ★★	18:00~19:00 ボディメイクヨガ SALA ★★	18:00~19:00 ビギナーヨガ RIKA ★	18:00
18:30							18:30
19:00	ゆるホット						19:00
19:30	19:30~20:30 パワーヨガ SALA ★★★	19:30~20:30 冷えむくみ改善 ヨガ RIKA ★★	19:30~20:30 ビギナーヨガ Tamami ★	19:30~20:30 リラックスヨガ MIHO ★	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30
20:00							20:00
20:30							20:30
21:00	21:00~22:00 リラックスヨガ SALA ★	21:00~22:00 ボディメイク ビラティス MADOKA ★★	21:00~22:00 肩こり・腰痛改善ヨガ RIKA ★★	21:00~22:00 陰ヨガ 横山 由樹子 ★			21:00
21:30							21:30
22:00							22:00
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30

休館日

※全てのレッスンは定員75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。

※バスタオルを敷いてご利用下さい。

※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。