

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						
10:30	ゆるホット			ゆるホット		
10:30~11:30 ビギナーヨガ 恵梨華 ★	10:30~11:30 ヴィンヤサヨガ 加藤 絵美 ★★★		10:30~11:30 ビギナーヨガ Tomoko ★	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 ★
11:00						
11:30						
12:00	ゆるホット		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 ベーシックヨガ 乃野楓 ★★	12:00~13:00 ボディメイクヨガ HARU ★★
12:30						
13:00						
13:30						
13:30~14:30 ストレッチング ヨガ Fuyuko ★	13:30~14:30 ベーシックヨガ 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 ストレッチング ヨガ yuki ★
14:00						
14:30						
15:00					ゆるホット	
15:00~16:00 ベーシックヨガ 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 ★
15:30						
16:00						
16:30						
17:00					16:30~17:30 ビギナーヨガ SALA ★	16:30~17:30 週替り ★★
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 ★
18:30						
19:00						
19:30	ゆるホット				19:30 閉館	19:30 閉館
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 ★		
20:00						
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 ピラティス 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 ★		
21:30						
22:00						
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館		22:30 閉館	22:30 閉館	

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に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。**