

# CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE

## カルド鶴見 7月スタジオスケジュール

★ 初級    ★★ 中級    ★★★ 上級



月	火	水	木	金	土	日
10:00 10:00~11:00 アロマ ストレッチヨガ EMI ★ ゆる	10:00~11:00 デトックスヨガ Yoshino ★★	10:00~11:00 パワーヨガ AI ★★★ ゆる	10:00~11:00 ボディメイク エクササイズ 椿えり子 ★★	10:00~10:45 リフレッシュヨガ45 Misato ★★	10:00~11:00 パワーヨガ hiro ★★★ ゆる	10:00~11:00 ストレッチヨガ 南月佳夏 ★
11:30 11:30~12:30 ビューティーヨガ Chii ★	11:00~12:30 温活タイム	11:00~11:30 温活タイム	11:00~12:00 温活タイム	11:15~12:15 ヴィンヤサヨガ Misato ★★★ ゆる	11:30~12:30 ビギナーヨガ ★	11:25~12:10 デトックスヨガ45 Eimi ★★
13:00 13:00~14:00 シェイプアップ ヨガ Misato ★★★ ゆる	13:00~14:00 ベーシックヨガ yuri ★★	12:00~13:00 ビューティーヨガ Tomoko ★	12:30~13:30 リラクセスヨガ Tomoyo ★	13:00~14:00 アロマ リラクセスヨガ Chii ★	12:30~13:30 温活タイム	12:35~13:35 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる
14:00 14:00~15:30 温活タイム	14:00~15:30 温活タイム	13:00~14:30 温活タイム	13:30~15:30 温活タイム	14:30~15:30 ビギナーヨガ ORI ★	14:00~15:00 リラクセスヨガ eri ★	14:00~14:45 姿勢改善ヨガ45 HARU ★★ ゆる
		15:00~16:00 骨盤コンディショニング グヨガ 伊藤 尚美 ★★				15:15~16:15 やさしい デトックスヨガ HARU ★
16:00 16:00~17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★	16:00~17:00 リラクセスヨガ 星野ゆり ★	16:00~17:00 温活タイム	16:00~17:00 ヴィンヤサヨガ HARU ★★★ ゆる	15:30~17:00 温活タイム	15:30~16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★★ ゆる	
					17:00~17:45 アロマリラクセス ヨガ45 Misato ★	16:45~17:45 ベーシックヨガ 柴崎 知花子 ★★★ ゆる
18:30 18:30~19:15 ビギナーヨガ45 星野ゆり ★	18:30~19:30 リフレッシュヨガ asami ★★	18:30~19:30 シェイプアップ ヨガ hiro ★★★ ゆる	18:30~19:15 ストレッチ ヨガ45 eri ★	18:30~19:30 デトックスヨガ でんでん ★★ ゆる	18:15~19:15 ヴィンヤサ フローヨガ asami ★★★ ゆる	18:15~19:00 リラクセスヨガ45 柴崎 知花子 ★
19:45 19:45~20:45 ベーシックヨガ 星野ゆり ★★★ ゆる	20:00~20:45 やさしい パワーヨガ 彩夏 ★★	20:00~20:45 リラクセスヨガ45 hiro ★	19:45~20:45 フローヨガ eri ★★★ ゆる	20:00~20:45 ヒーリングヨガ45 でんでん ★	◇ 営業時間 ◇  平日   9:30-23:00 土日祝   9:30-20:00 ※各種お手続きは営業時間終了の 1時間前までです。  ◇ 休館日 ◇ 6日・16日・26日・月末最終日	
21:15 21:15~22:15 ストレッチヨガ 美弥 ★ HOT	21:15~22:15 アロマ ヒーリングヨガ TSUBAKI ★	21:15~22:15 ビギナーヨガ Momoka ★	21:15~22:15 姿勢改善ヨガ 佐々木茜 ★★	21:15~22:15 ヴィンヤサ フローヨガ 彩夏 ★★★		

### 【レッスン参加について】

- 整理券はレッスン開始の30分~5分前迄の配布です。
- お時間に余裕をもってご来館ください。
- 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)です。
- 衛生管理上、レッスン受講時はタオルを敷いてご参加下さい。
- 【スタジオ利用のNG事項】
- ジムエリアで使うシューズの持込みや、ビニール袋等音の鳴る袋の持込み
- 携帯電話やスマートフォン、貴重品の持込み
- 体調不良時以外の途中入退室(シャワーの場所取り等)
- スタジオ内での私語
- ※他のお客様の迷惑と判断した場合、途中退出して頂く場合もございます。
- 待機中、スタジオ前での私語もお控え下さい。



