

CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE

カルド鶴見 9月スタジオスケジュール

		★ 初級	★★ 中級	★★★ 上級	★★★★ シェイプ	アロマ使用		
		月	火	水	木	金	土	日
10:00	10:30	カテゴリー・IR変更 10:00～11:00 アロマ ヒーリングヨガ 彩夏 ★	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 ストレッチングヨガ 南月 佳夏 ★
11:00	11:30	カテゴリー・IR変更 11:30～12:15 フローヨガ45 彩夏 ★★	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 フローヨガ Misato ★★★ ゆる	11:30～12:30 ビギナーヨガ yuri ★	11:25～12:10 デトックスヨガ45 Eimi ★★
12:00	12:30			12:00～13:00 ビューティーヨガ Tomoko ★	12:30～13:30 アロマ リラックスヨガ Tomoyo ★	12:15～13:00 温活タイム	12:30～13:30 温活タイム	12:35～13:35 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる
13:00	13:30	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 ★★	13:00～14:30 温活タイム	13:30～15:30 アロマ温活タイム	13:30～14:30 ビギナーヨガ ORI ★	14:00～15:00 リラックスヨガ eri ★	14:00～14:45 姿勢改善ヨガ45 HARU ★★ ゆる
14:00	14:30	14:00～15:30 温活タイム	14:00～15:30 温活タイム			カテゴリー変更 15:00～15:45 Beat Shape 荒井 秀一 ★★ ゆる		15:15～16:15 やさしい デトックスヨガ HARU ★
15:00	15:30			15:00～16:00 骨盤コンディショニング ヨガ 伊東 尚美 ★★	ヨガでは ありません 🔥脂肪燃焼🔥	15:45～17:00 温活タイム	15:30～16:30 ボディメイクヨガ Misato ★★ ゆる	
16:00	16:30	16:00～17:00 ヒーリングヨガ Kumi ★	16:00～17:00 リラックスヨガ 星野 ゆり ★	16:00～17:00 温活タイム	16:00～17:00 ヴィンヤサ フローヨガ HARU ★★★ ゆる			16:45～17:45 ベーシックヨガ 芝崎 知花子 ★★ ゆる
17:00	17:30						17:00～17:45 アロマリラックス ヨガ45 Misato ★	
18:00	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 ストレッチング 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 リラックスヨガ45 芝崎 知花子 ★
19:00	19:30							
20:00	20:30	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45 彩夏 ★★	20:00～20:45 リラックスヨガ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	
21:00	21:30	21:15～22:15 ストレッチングヨガ 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 ★★★		
22:00	22:30							

【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。



