

CALDO HIRATSUKA STUDIO TIMETABLE

カルド平塚 9月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00						9:00
9:30						9:30
10:00	10:00~11:00 ベーシックヨガ 築地サヤカ ★★	10:00~11:00 フローヨガ Nobuko ★★	10:00~11:00 サークルヨガ IZUMI ★	10:00~11:00 姿勢改善ヨガ 友里恵 ★★	10:00~11:00 アロマ ビューティーヨガ Noriko ★	10:00~11:00 ビギナーヨガ Kumi ★
10:30						10:30
11:00						11:00
11:30	11:30~12:30 ビギナーヨガ 築地サヤカ ★	11:30~12:30 ヒーリングヨガ 伊東尚美 ★	11:30~12:30 リフレッシュヨガ IZUMI ★★	11:30~12:30 アロマ リラックスヨガ 友里恵 ★	11:30~12:30 フローヨガ Kumi ★★	11:30~12:30 アロマ ストレッチングヨガ Sayaka ★
12:00						12:00
12:30	リラクスタタイム 12:30~13:00	リラクスタタイム 12:30~13:00	リラクスタタイム 12:30~13:00	リラクスタタイム 12:30~13:00	リラクスタタイム 12:30~13:00	リラクスタタイム 12:30~13:00
13:00						13:00
13:30	13:30~14:30 やさしいパワー ヨガ Tomoko ★★	13:30~14:30 ビューティーヨガ Noriko ★		13:30~14:30 ビギナーヨガ shuuka ★	13:30~14:30 ビューティーヨガ IZUMI ★	13:30~14:30 デトックスヨガ 村井美月 ★★
14:00	14:00~15:00 デトックスヨガ Sayaka ★★		14:00~15:00 コアトレヨガ Eimi ★★			14:00
14:30		リラクスタタイム 14:30~15:00		リラクスタタイム 14:30~15:00		14:30
15:00		15:00~16:00 ストレッチング ヨガ 光 ★		強度 カテゴリ変更	15:00~16:00 パワーヨガ IZUMI ★★★	15:00~16:00 ピラティス 上村初美 ★★
15:30	15:30~16:30 アロマ ビューティーヨガ Sayaka ★		15:30~16:30 フローヨガ TOMOKO ★★	15:30~16:30 骨盤コンディショニング ヨガ Marie ★★		15:30
16:00		リラクスタタイム 16:00~17:30		リラクスタタイム 16:30~17:30	IR カテゴリ変更	リラクスタタイム 16:00~17:00
16:30	リラクスタタイム 16:30~17:30		リラクスタタイム 16:30~17:30	リラクスタタイム 16:30~17:30	16:30~17:30 ベーシックヨガ JURI ★★	16:30
17:00						17:00
17:30					リラクスタタイム 17:30~18:00	17:30~18:30 アロマ ヒーリングヨガ 彩翔祐希 ★
18:00						18:00
18:30	18:30~19:30 ボディメイクヨガ IZUMI ★★	18:30~19:30 やさしいフロー ヨガ 村井美月 ★	18:30~19:30 ビギナーヨガ 光 ★	18:30~19:30 ベーシックヨガ 彩翔祐希 ★★	18:30~19:30 やさしい デトックスヨガ Meeee ★	18:30
19:00					18:30~19:30 リラックスヨガ Asami ★	19:00 閉館
19:30						19:30
20:00	20:00~21:00 サークルヨガ IZUMI ★	20:00~21:00 コアトレヨガ 村井美月 ★★	20:00~21:00 ボディメイクヨガ 光 ★★	20:00~21:00 ストレッチング ヨガ miwa ★	20:00~21:00 ベーシックヨガ Meeee ★★	20:00 閉館
20:30						《9月休館日のお知らせ》 5日(金)15日(月) 25日(木)30日(火)
21:00						
21:30	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	
22:00						

- ※全てのレッスンは定員50名です。
- ※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10分~15分前となっております。**
- ※レッスン開始後の **途中入室はお断り**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。
- ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
- ※リラックスタイムは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入退室可能です。
- ※レッスン中・リラックスタイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。
- ※スタジオからご退室の際には消毒タオルでヨガマットの消毒にご協力をお願いいたします。