

CALDO MINAMIKASHIWA STUDIO TIMETABLE

カルド南柏 8月スタジオスケジュール

※時間変更をしているクラスがあります。必ずご確認ください。

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00～10:30 溶岩タイム	10:00
10:30	10:30～11:30 ベーシックヨガ りさ ★★	10:30～11:30 リラクセスヨガ miho ★ ゆるホット	10:30～11:30 ボディメイクヨガ Sawa ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ miho ★ ゆるホット	10:30～11:30 ピラティス ヤマダ チアキ ★★	10:30～11:30 ビギナーピラティス めぐ ★ ゆるホット	10:30～11:30 フローヨガ yumi ★★	10:30
11:30						11:30～11:45	11:30～11:45	11:30
12:00	12:00～12:45 ビューティーヨガ りさ ★ ゆるホット	12:00～13:00 骨盤 コンディショニング ヨガ Sawa ★★	12:00～12:45 アロマリラクセスヨガ YOSHIKO ★	12:00～12:45 週替わりクラス	12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ ヤマダ チアキ ★ ゆるホット	12:15～13:00 リラクセスヨガ YOUICHI ★	12:15～13:15 アロマ ビューティーヨガ らん ★	12:00
12:30	12:45～13:15 溶岩タイム	13:00～13:30 溶岩タイム	12:45～13:15 溶岩タイム					12:30
13:00				13:15～14:00 リラクセスヨガ tetsuo ★	13:00～14:00 溶岩タイム			13:00
13:30						13:30～14:30 シェイプアップヨガ YOUICHI ★★★ ゆるホット	13:45～14:30 リフレッシュヨガ らん ★★	13:30
14:00	13:45～14:45 シェイプアップヨガ HIRONO ★★★	14:00～14:45 ビューティーヨガ kotoho ★	13:45～14:45 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★ ゆるホット			14:30～14:45	14:30～14:45	14:00
14:30		14:45～15:00		14:30～15:30 やさしいパワーヨガ tetsuo ★★	14:30～15:15 ベーシックヨガ tetsuo ★★			14:30
15:00			14:45～15:30 溶岩タイム			↓開始時間変更↓		15:00
15:30	15:15～16:15 ビギナーヨガ SUN ★	15:30～16:30 アロマ ストレッチングヨガ みか ★ ゆるホット		15:30～16:00 溶岩タイム		15:15～16:00 ビギナーヨガ Sawa ★	15:15～16:15 リラクセスヨガ kotoho ★ ゆるホット	15:30
16:00			16:00～17:00 リフレッシュヨガ CHIAKI ★★ ゆるホット		15:45～16:30 アロマ ヒーリングヨガ tetsuo ★	↓開始時間変更↓		16:00
16:30	16:45～17:30 デトックスヨガ SUN ★★	16:30～17:30 溶岩タイム	17:00～17:30 溶岩タイム	16:30～17:30 やさしいフローヨガ YOSHIKO ★ ゆるホット	16:30～17:30 溶岩タイム	16:30～17:30 ビューティーヨガ Sawa ★	16:45～17:30 ベーシックヨガ HIRONO ★★	16:30
17:00						17:30～17:45		17:00
17:30								17:30
18:00	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム	18:00～18:30 溶岩タイム		18:00～18:45 ビギナーヨガ kotoho ★ ゆるホット	18:00
18:30	18:30～19:30 ストレッチングヨガ みほ ★ ゆるホット	18:30～19:30 ベーシックヨガ Sawa ★★	18:30～19:15 ストレッチングヨガ HIRONO ★	18:30～19:30 骨盤コンディショニング ヨガ Mii ★★	18:30～19:30 ビギナーヨガ Sawa ★	18:15～19:15 やさしいパワーヨガ tetsuo ★★	18:45～19:15 溶岩タイム	18:30
19:00		↑8月限定↑		↑開始時間変更↑				19:00
19:30						20:00 閉館	20:00 閉館	19:30
20:00	20:00～21:00 ボディ エクササイズ HIRO ★★	20:00～21:00 ビギナーヨガ Sawa ★	19:45～20:45 ヴィンヤサフローヨガ HIRONO ★★★	20:00～21:00 ビギナーヨガ Mii ★	20:00～20:45 パワーヨガ Sawa ★★	《8月休館日のお知らせ》 10日(日)20日(水)31日(日) 《祝日短縮営業》 11日(月)13日(水)14日(木) 《夏季休業のお知らせ》 15日(金)16日(土)		20:00
20:30		↑8月限定↑		↑開始時間変更↑				20:30
21:00	↓8月限定↓			↓IR/カテゴリー変更↓				21:00
21:30	21:30～22:15 ビギナーヨガ YOUICHI ★	21:30～22:15 アロマヒーリングヨガ YOSHIKO ★ ゆるホット	21:15～22:15 やさしい デトックスヨガ YOKO ★	21:30～22:15 ベーシックヨガ SUN ★★	21:15～22:15 ストレッチングヨガ YOKO ★ ゆるホット	【営業時間】 平日/10:00-23:00 土日祝/10:00-20:00 【住所】 〒277-0075 千葉県柏市南柏中央6-7 フィールズ南柏モール I 4F 【TEL】 04-7186-7634		21:30
22:00								22:00
22:30	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館			22:30

スタジオレッスン参加について

- ※全てのレッスンは定員60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。
- ※デイトム会員様は18:00までに必ずチェックアウトをお願い致します。
- ※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
- ※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。
- ※レッスンを途中退出された場合、スタジオへの再入場はご遠慮ください。
- ※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。
- ※レッスン中・溶岩タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用ください。
- ※スタジオからご退出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。
- ※祝日は、短縮営業となりますのでレッスン内容に変更がございます。

LINE



LINEでもプログラム・代行情報を配信しています！