



HOT YOGA "CALDO"

福利厚生サービスを導入しました！

ホットヨガで健康促進 & 生産性UP！

ホットヨガとは室温を38～40℃、湿度を55～65%の空間でおこなうヨガのことを言います。
汗と一緒に老廃物が排出されるため、ダイエットや美肌効果、リフレッシュ効果が期待できます。

大量の発汗によるデトックスと爽快感！
ココロとカラダのお悩みをカルドで解消！

体重が増えた

イライラする

疲れた顔・カラダ

冷え性やむくみ

肩こり・腰痛

健康診断で
引っかかる

仕事を
お願いしづらい

いつも
疲れている

ひざ掛けが
欠かせない

慢性的に痛む

ダイエット効果

ストレス解消

リラックス効果

代謝アップ

不調の改善

シェイプアップヨガ
ジム
ピラティス

ビギナーヨガ
リフレッシュヨガ
格闘技クラス

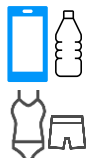
ヒーリングヨガ
リラックスヨガ

冷えむくみ改善ヨガ
デトックスヨガ
ロウリュサウナ

姿勢改善ヨガ
骨盤ヨガ

【CALDO施設利用フロー】

1. URLクリックだけでチケットカンタン受取
2. 事前予約は不要となります
3. レッスン開始30分前にお店へ到着
4. 水と替えのお下着はご準備下さい
5. タオル・ウェア等全てお貸出し致します
6. スマホはお忘れなく



来店して
QRコードで
チェックイン



例：CALDO新宿店
30分前にお店へ到着
レンタル品等を受取り
レッスン参加の準備

ホットヨガ
レッスン参加

帰りも
QRコードで
チェックアウト



選ばれるカルドの理由

- ①レッスンの事前予約が不要
- ②手ぶらでご利用可能
- ③銀イオンチームの清潔空間
- ④豊富なレッスンプログラム
- ⑤効果が実感できる充実の設備
- ⑥複数サービスのご提供
- ⑦全国の店舗が利用可能
- ⑧プレゼントもOK



休日に
ご家族
ご友人と



お仕事
前に



お仕事
終わりに

CALDO FACILITIES (銀座店例 ※店舗によって施設内容が異なります)



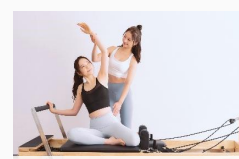
溶岩石ホットヨガ



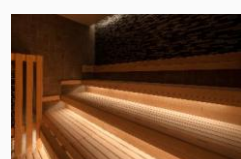
マシンリフォーマー



ジムマシン



美しい姿勢、美しいボディへ



ロウリュサウナ



男性参加OKの店舗あります