

# CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE カルド天六 4月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00						
9:30						
10:00						
10:30	10:30~11:30 やさしいフローヨガ AKKO ★	10:30~11:30 シェイプアップヨガ Nori ★★★	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ Yumi ★★	10:30~11:30 リラックスヨガアロマ 安田 葉子 ★	10:30~11:30 リフレッシュヨガ Saeko ★★	10:30~11:30 冷え・むくみ解消ヨガ Yumi ★★
11:00						
11:30						
12:00	12:00~13:00 パワーヨガ Ryo ★★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ Nori ★	12:00~13:00 ビューティーヨガ Yumi ★	12:00~13:00 ピラティス 安田 葉子 ★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ マユリ ★	12:00~13:00 陰ヨガ Rie ★
12:30						
13:00						
13:30						
14:00	14:00~15:00 ビューティーヨガ Miku ★	14:00~15:00 デトックスヨガ haruka ★★	14:00~15:00 陰ヨガアロマ YU-RI ★	14:00~15:00 フローヨガ Mie ★★	13:30~14:30 デトックスヨガ マユリ ★★	13:30~14:30 リフレッシュヨガ Naoko ★★
14:30						
15:00						
15:30	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time	15:00~16:00 ビューティーヨガ Yumi ★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Naoko ★
16:00						
16:30						
17:00					16:30~17:30 リラックスヨガアロマ Yumi ★	16:30~17:30 週替わり Staff ★★
17:30						
18:00						
18:30	18:00~19:00 ビギナーヨガ Yummy ★	18:00~19:00 パワーヨガ Mei ★★★	18:00~19:00 やさしいデトックスヨガ 亜沙乃 ★	18:00~19:00 冷え・むくみ解消ヨガ マユリ ★★	18:00~19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YUKARI ★★	18:00~19:00 週替わり Staff ★
19:00						
19:30						
20:00	19:30~20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★	19:30~20:30 リラックスヨガアロマ kako ★	19:30~20:30 コアトレヨガ 亜沙乃 ★★	19:30~20:30 陰ヨガ YU-RI ★	19:30~20:30 やさしいデトックスヨガ YUKARI ★	20:00 閉館
20:30						
21:00						
21:30	21:00~21:45 リラックスヨガアロマ Samico ★	21:00~22:00 週替わり Staff ★★	21:00~22:00 やさしいフローヨガ Aya ★	21:00~22:00 デトックスヨガ coco ★★	21:30 閉館	
22:00						
22:30						
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館		

休館日

※変更あり

※変更あり

※全てのレッスンは定員60名です。  
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。  
 ※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。**  
 ※バスタオルを敷いてご利用下さい。

- ★ 初級
- ★★ 中級
- ★★★ 上級