

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE
カルド天六 8月1日(土)～ 8月7日(金) スタジオスケジュール

	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)
9:00							
9:30							
10:00							
10:30	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Saeo ★★	10:30～11:30 冷え・むくみ解消ヨガ Yumi ★★	10:30～11:30 やさしいフローヨガ AKKO ★	10:30～11:30 ピラティス SHIZUNA ★★	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 ★	
11:00				※変更あり			
11:30							
12:00	12:00～13:00 ビギナーヨガ マユリ ★	12:00～13:00 陰ヨガ Rie ★	12:00～13:00 パワーヨガ Ryo ★★★	12:00～13:00 ビギナーヨガ SHIZUNA ★	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 ★★	
12:30							
13:00							
13:30	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 ★★					
14:00			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 ★★	
14:30							
15:00	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 ★					
15:30							
16:00			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	
16:30	16:30～17:30 リラックスヨガアロマ Yumi ★	16:30～17:30 シェイプアップヨガ Nori ★★★					
17:00							
17:30							
18:00	18:00～19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YUKARI ★★	18:00～18:45 週替わり Staff	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 垂沙乃 ★	18:00～19:00 冷え・むくみ解消ヨガ マユリ ★★	
18:30		※変更あり					
19:00							
19:30	19:30～20:30 やさしいデトックスヨガ YUKARI ★		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 垂沙乃 ★★	19:30～20:30 陰ヨガ YU-RI ★	
20:00		20:00 閉館					
20:30							
21:00			21:00～21:45 リラックスヨガアロマ Samico ★	21:00～21:45 週替わり Staff	21:00～22:00 週替わり Staff	21:00～22:00 デトックスヨガ coco ★★	
21:30	21:30 閉館			※変更あり	※変更あり		
22:00							
22:30							
			23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	

※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。

※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。

※溶岩タイムは、プレミアム会員様・溶岩OPを付けている会員様のみ、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入出入り可能です。

※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下さい。

※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。

★ 初級

★★ 中級

★★★上級

週替わり

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE
カルド天六 8月8日(土)～ 8月15日(土) スタジオスケジュール

	8月8日(土)	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
9:00								9:00
9:30								9:30
10:00								10:00
10:30	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Saeo ★★	10:30～11:30 冷え・むくみ解消ヨガ Yumi ★★	10:30～11:30 週替わり Staff		10:30～11:30 やさしいパワーヨガ Yumi ★★			10:30
11:00				※変更あり				11:00
11:30								11:30
12:00	12:00～13:00 ビギナーヨガ マユリ ★	12:00～13:00 陰ヨガ Rie ★	12:00～13:00 パワーヨガ Ryo ★★★		12:00～13:00 ビューティーヨガ Yumi ★			12:00
12:30								12:30
13:00								13:00
13:30	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 ★★						13:30
14:00			14:00～15:00 ビューティーヨガ Miku ★		14:00～14:45 週替わり Staff			14:00
14:30					※変更あり			14:30
15:00	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 ★						15:00
15:30								15:30
16:00			15:15～17:00 温活time		15:15～17:00 温活time			16:00
16:30	16:30～17:30 リラックスヨガアロマ Yumi ★	16:30～17:30 シェイプアップヨガ Nori ★★★						16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00	18:00～19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YUKARI ★★	18:00～19:00 週替わり Staff	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yummy ★		18:00～19:00 やさしいデトックスヨガ 垂沙乃 ★			18:00
18:30		※変更あり						18:30
19:00								19:00
19:30	19:30～20:30 やさしいデトックスヨガ YUKARI ★		19:30～20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★		19:30～20:30 コアトレヨガ 垂沙乃 ★★			19:30
20:00		20:00 閉館		20:00 閉館		20:00 閉館		20:00
20:30								20:30
21:00			21:00～21:45 リラックスヨガアロマ Samico ★		21:00～21:45 週替わり Staff			21:00
21:30	21:30 閉館				※変更あり			21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
			23:00 閉館		23:00 閉館			

※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。

※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。

※溶岩タイムは、プレミアム会員様・溶岩OPを付けている会員様のみ、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に入出入り可能です。

※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下さい。

※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。

★ 初級

★★ 中級

★★★上級

週替わり