

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE
カルド天六 9月1日(火)～9月7日(月) スタジオスケジュール

9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)	9月7日(月)
9:00						9:00
9:30						9:30
10:00						10:00
10:30	10:30～11:30 ヒーリングヨガ Yumi ★	10:30～11:30 リラクسس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 フローヨガ Yumi ★★	10:30～11:30 デトックスヨガ AKKO ★★
11:00						11:00
11:30	※変更あり				※変更あり	※変更あり
12:00	12:00～13:00 アロマビギナーヨガ SHIZUNA ★	12:00～13:00 フローヨガ Yumi ★	12:00～13:00 ピラティス 安田 葉子 ★★	12:00～13:00 全身リカバリー マユリ ★	12:00～13:00 陰ヨガ Rie ★	12:00～13:00 パワーヨガ Ryo ★★★
12:30	※変更あり	※変更あり		※変更あり		
13:00						
13:30				13:30～14:30 骨盤コンディショニング ヨガ マユリ ★★	13:30～14:30 アロマデトックスヨガ Naoko ★★	14:00～15:00 全身リカバリー とと ★
14:00	14:00～15:00 パワーヨガ haruka ★★★	14:00～15:00 陰ヨガアロマ YU-RI ★	14:00～15:00 やさしいピラティスヨガ Mie ★	※変更あり	※変更あり	※変更あり
14:30	※変更あり		※変更あり			
15:00				15:00～16:00 ビギナーヨガ Yumi ★	15:00～16:00 ストレッチングヨガ Naoko ★	15:15～17:00 温活time
15:30				※変更あり		
16:00	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 アロマヒーリングヨガ Yumi ★	16:30～17:30 ベアリングヨガ とと ★★	
17:00				※変更あり	※変更あり	
17:30						
18:00	18:00～19:00 シェイプアップヨガ Mei ★★★	18:00～19:00 アロマリラクックスヨガ 亜沙乃 ★	18:00～19:00 全身リカバリー マユリ ★	18:00～19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YUKARI ★★	18:00～19:00 全身リカバリー とと ★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yummy ★
18:30					※変更あり	
19:00				19:30～20:30 リラクックスヨガ YUKARI ★	20:00 閉館	19:30～20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★
19:30	19:30～20:30 フローヨガ kako ★★	19:30～20:30 やさしいパワーヨガ 亜沙乃 ★★	19:30～20:30 陰ヨガアロマ YU-RI ★	※変更あり		
20:00	※変更あり	※変更あり	※変更あり			
20:30						
21:00	21:00～22:00 陰ヨガ Rie ★	21:00～22:00 通勤わり Staff	21:00～22:00 デトックスヨガ coco ★★			21:00～21:45 フローヨガ Samico ★★
21:30	※変更あり	※変更あり		21:30 閉館		21:00～22:00 通勤わり Staff
22:00						21:00～22:00 陰ヨガ Rie ★
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室は断断しております。シャワールーム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、フェイスタオル、お水以外のお持ち込みは断断しております。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。

★ 初級
★★ 中級
★★★ 上級
週替わり

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE
カルド天六 9月8日(火)～9月15日(火) スタジオスケジュール

9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00							10:00
10:30	10:30～11:30 ボディメイクピラティス SHIZUNA ★★	10:30～11:30 ヒーリングヨガ Yumi ★	10:30～11:30 リラクックスヨガアロマ 安田 葉子 ★				10:30
11:00							11:00
11:30		※変更あり			※変更あり	※変更あり	
12:00	12:00～13:00 アロマビギナーヨガ SHIZUNA ★	12:00～13:00 フローヨガ Yumi ★★	12:00～13:00 ピラティス 安田 葉子 ★★	12:00～13:00 全身リカバリー 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 アロマビギナーヨガ SHIZUNA ★
12:30	※変更あり	※変更あり		※変更あり			※変更あり
13:00							
13:30				13:30～14:30 骨盤コンディショニング ヨガ マユリ ★★	13:30～14:30 アロマデトックスヨガ Naoko ★★	14:00～15:00 全身リカバリー SHIZUNA ★	14:00～15:00 パワーヨガ haruka ★★★
14:00	14:00～15:00 パワーヨガ haruka ★★★	14:00～15:00 陰ヨガアロマ YU-RI ★	14:00～15:00 やさしいデトックスヨガ Mie ★	※変更あり	※変更あり		※変更あり
14:30	※変更あり		※変更あり				
15:00	※変更あり			15:00～16:00 ビギナーヨガ Yumi ★	15:00～16:00 ストレッチングヨガ Naoko ★	15:15～17:00 温活time	15:15～17:00 温活time
15:30				※変更あり			
16:00	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 アロマヒーリングヨガ Yumi ★	16:30～17:30 ベアリングヨガ とと ★★		
17:00				※変更あり	※変更あり		
17:30							
18:00	18:00～19:00 シェイプアップヨガ Mei ★★★	18:00～19:00 アロマリラクックスヨガ 亜沙乃 ★	18:00～19:00 全身リカバリー マユリ ★	18:00～19:00 肩こり・腰痛改善ヨガ YUKARI ★★	18:00～19:00 全身リカバリー とと ★	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yummy ★	18:00～19:00 シェイプアップヨガ Mei ★★★
18:30					※変更あり		
19:00				19:30～20:30 フローヨガ kako ★★	19:30～20:30 やさしいパワーヨガ 亜沙乃 ★★	19:30～20:30 アロマ陰ヨガ YU-RI ★	19:30～20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★
19:30	19:30～20:30 フローヨガ kako ★★	19:30～20:30 やさしいパワーヨガ 亜沙乃 ★★	19:30～20:30 アロマ陰ヨガ YU-RI ★	19:30～20:30 リラクックスヨガ YUKARI ★	20:00 閉館	19:30～20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★	19:30～20:30 フローヨガ kako ★★
20:00	※変更あり	※変更あり	※変更あり	※変更あり			※変更あり
20:30							
21:00	21:00～22:00 リラクックスヨガ Rie ★	21:00～22:00 通勤わり Staff	21:00～22:00 デトックスヨガ coco ★★			21:00～21:45 フローヨガ Samico ★★	21:00～22:00 陰ヨガ Rie ★
21:30	※変更あり	※変更あり		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	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室は断断しております。シャワールーム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、フェイスタオル、お水以外のお持ち込みは断断しております。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。

★ 初級
★★ 中級
★★★ 上級
週替わり