

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE

カルド高槻 2～3月スタジオスケジュール

| 8:00 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 8:00 |
|-------|---|-----|--|---|---|--|--|-------|
| | | 休館日 | | | | 8:30～9:30 ストレッチングヨガ MaMi ★ | 8:30～9:30 ベーシックヨガ (週替わり) ★★ | |
| | | | | | | 9:30～10:00 | | |
| 10:00 | | | 10:00～11:00 コアトレヨガ かなえ ★★ | | 10:00～11:00 アロマリラックスヨガ AYAMI ★ | | 10:00～11:00 ビギナーヨガ (週替わり) ★ | 10:00 |
| 10:30 | 10:30～11:30 KaQiLa～美姿勢～ 一華 里美 ★★ | | | 10:30～11:30 ヒーリングヨガ Yumi ★ | | 10:30～11:30 ボディメイク エクササイズ かなえ ★★ | | 10:30 |
| 11:00 | 11:30～12:00 | | | | | 11:30～12:00 | 11:00～12:00 | 11:00 |
| 11:30 | | | 11:30～12:30 やさしいデトックスヨガ かなえ ★ | | 11:30～12:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AYAMI ★★ | | | 11:30 |
| 12:00 | | | 12:30～13:00 | 12:00～13:00 ワインヤサフローヨガ みさと ★★★ | 12:30～13:30 | | | 12:00 |
| 12:30 | 12:30～13:30 アロマビギナーヨガ かなえ ★ | | | | | 12:30～13:30 アロマリラックスヨガ AKANE ★ | 12:30～13:30 パワーヨガ 香里 ★★★ | 12:30 |
| 13:00 | | | 13:30～14:30 アロマリラックスヨガ NAGISA ★ | 13:30～14:30 ストレッチングヨガ みさと ★ | | 13:30～14:30 | | 13:00 |
| 13:30 | | | | 14:30～15:00 | 14:00～15:00 ピラティス INARI ★★ | | | 13:30 |
| 14:00 | 14:00～15:00 デトックスヨガ かなえ ★★ | | | | | | 14:00～15:00 やさしいフローヨガ 香里 ★ | 14:00 |
| 14:30 | | | 15:00～16:00 ベーシックヨガ NAGISA ★★ | 15:30～16:15 Beat Shape NAGISA ★★ | 15:30～16:30 アロマ筋膜リリースほぐし &コンディショニング みなみ ★ | 15:00～16:00 ピラティス ayuka ★★ | 15:00～16:00 | 14:30 |
| 15:00 | | | 16:00～17:30 | 16:15～17:30 | 16:30～17:30 | | | 15:00 |
| 15:30 | 15:30～16:30 ストレッチングヨガ Yumi ★ | | | | | 16:30～17:30 ビューティーヨガ ayuka ★ | 16:30～17:30 冷え・むくみ改善ヨガ マユリ ★★ | 15:30 |
| 16:00 | | | | | | | | 16:00 |
| 16:30 | | | | | | | | 16:30 |
| 17:00 | 17:00～18:00 冷え・むくみ改善ヨガ Yumi ★★ | | | | | | | 17:00 |
| 17:30 | | | | | | | | 17:30 |
| 18:00 | 18:00～19:00 | | | | | 18:00 閉館 | 18:00 閉館 | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★ | | | 18:30 |
| 19:00 | | | 19:00～20:00 ビギナーヨガ みなみ ★ | | | | | 19:00 |
| 19:30 | 19:30～20:30 パワーヨガ CHIE ★★★ | | | 19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AKANE ★★ | | | | 19:30 |
| 20:00 | | | | | 20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★ | | | 20:00 |
| 20:30 | | | 20:30～21:30 ベーシックヨガ Hiro ★★ | | | | | 20:30 |
| 21:00 | 21:00～22:00 やさしいフローヨガ CHIE ★ | | | 21:00～22:00 ビューティーヨガ AKANE ★ | 21:00～21:30 | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | | | | 21:30 |
| 22:00 | | | 22:00 閉館 | | 22:00 閉館 | | | 22:00 |
| 22:30 | 22:30 閉館 | | | 22:30 閉館 | | | | 22:30 |

※全てのレッスンは定員50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に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。