

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE

カルド高槻 4月スタジオスケジュール

8:00	月	火	水	木	金	土	日	8:00	
8:30		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) ★★	8:30	
9:00						9:30~10:00		9:00	
9:30									9:30
10:00				10:00~11:00 コアトレヨガ かなえ ★★		10:00~11:00 アロマリラクゼーションヨガ 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~ 一筆 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							11:00~12:00	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		11:30
12:00				12:30~13:00	12:00~13:00 ヴィンヤサフローヨガ みさと ★★★				12:00
12:30	12:30~13:30 アロマビギナーヨガ かなえ ★					12:30~13:30	12:30~13:30 アロマリラクゼーションヨガ AKANE ★	12:30~13:30 パワーヨガ 香里 ★★★	12:30
13:00									13:00
13:30				13:30~14:30 アロマ ビューティーヨガ NAGISA ★	13:30~14:30 ストレッチングヨガ みさと ★		13:30~14:30		13:30
14:00	14:00~15:00 デトックスヨガ かなえ ★★				14:30~15:00	14:00~15:00 ピラティス INARI ★★		14:00~15:00 やさしいフローヨガ 香里 ★	14:00
14:30									14:30
15:00				15:00~16:00 ベーシックヨガ NAGISA ★★		15:00~17:30	15:00~16:00 ピラティス ayuka ★★	15:00~16:00	15:00
15:30	15:30~16:30 ストレッチングヨガ Yumi ★				15:30~16:15 Beat Shape NAGISA ★★				15:30
16:00				16:00~17:30	16:15~17:30				16:00
16:30							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 ★★	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	18:00~18:30						18:00 閉館	18:00 閉館	18:00
18:30									18:30
19:00	19:00~20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★			19:00~20:00 ビギナーヨガ★ INARI		18:30~19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★			19:00
19:30					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 やさしいフローヨガ Ruka ★		20:30~21:30 ベーシックヨガ Hiro ★★		21:00~21:30			20:30	
21:00				21:00~22:00 ビューティーヨガ AKANE ★				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。