

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE

カルド高槻 5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							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) ★★
9:00								
9:30							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) ★
10:30	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 ★★	
11:00	11:30~12:00							11:00~12:00
11:30				11:30~12:30 ストレッチングヨガ かなえ ★		11:30~12:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AYAMI ★★	11:30~12:00	
12:00				12:30~13:00	12:00~13:00 ヴィンヤサフロ योग みさと ★★★			
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 アロマリラックスヨガ AKANE ★	12:30~13:30 パワーヨガ 香里 ★★★
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	
14:00	14:00~15:00 フローヨガ 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 ★
14:30								
15:00				15:00~16:00 ベーシックヨガ NAGISA ★★	15:30~16:15 Beat Shape NAGISA ★★		15:00~16:00 ピラティス ayuka ★★	15:00~16:00
15:30	15:30~16:30 ストレッチングヨガ Yumi ★					15:00~17:30		
16:00				16:00~17:30	16:15~17:30			
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 ★★
17:00	17:00~18:00 冷え・むくみ改善ヨガ Yumi ★★							
17:30								
18:00	18:00~18:30						18:00 閉館	18:00 閉館
18:30								
19:00				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 ★★★		
19:30	19:00~20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★				19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AKANE ★★			
20:00					20:00~21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★			
20:30	20:30~21:30 やさしいフローヨガ Ruka ★				21:00~21:30			
21:00			20:30~21:30 ベーシックヨガ Hiro ★★	21:00~22:00 ビューティーヨガ AKANE ★				
21:30								
22:00			22:00 閉館		22:00 閉館			
22:30	22:30 閉館			22:30 閉館				

※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。