

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE
カルド高槻 10月16日(金)～10月31日(土) スタジオスケジュール

	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)	10月17日(土)	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月24日(土)	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)
8:00					9:30 OPEN	8:00 OPEN	8:00 OPEN	10:00 OPEN		9:30 OPEN	10:00 OPEN	9:30 OPEN	8:00 OPEN	8:00 OPEN	10:00 OPEN		9:30 OPEN	10:00 OPEN	9:30 OPEN	8:00 OPEN
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 一筆 里美 ★★						10:00～16:30 POLAイベント							
9:00													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 イリーナヨガ ★★						8:30～9:30 ストレッチングヨガ MaMi ★
9:30					9:30～10:00								9:30～10:00						9:30～10:00	
10:00					10:00～11:00 アロマリラクッスヨガ AYAMI ★		10:00～11:00 ビギナーヨガ 一筆 里美 ★			10:00～11:00 フローヨガ かなえ ★★		10:00～11:00 アロマリラクッスヨガ AYAMI ★		10:00～11:00 ビギナーヨガ イリーナヨガ ★			10:00～11:00 フローヨガ かなえ ★★		10:00～11:00 アロマリラクッスヨガ AYAMI ★	
10:30						10:30～11:30 ボディメイク エクササイズ かなえ ★★		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 ★★		10:30～11:30 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							11:00～12:00						11:30～12:00		11:00～12:00					11:30～12:00
11:30					11:30～12:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AYAMI ★★			11:30～12:00		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			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 ★★	
12:00																				
12:30					12:30～13:30	12:30～13:30 アロマリラクッスヨガ TOMOKA ★	12:30～13:30 パワーヨガ 香里 ★★★	12:30～13:30 アロマリラクッスヨガ NAGISA ★		12:30～13:00		12:30～13:30 アロマリラクッスヨガ TOMOKA ★		12:30～13:30 パワーヨガ 香里 ★★★			12:30～13:00		12:30～13:30 アロマリラクッスヨガ TOMOKA ★	
13:00																				
13:30																				
14:00					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 ★	14:00～14:45 Beat Shape NAGISA ★★				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 ★			14:00～15:00 ピラティス SHIZUNA ★★		14:00～15:00 ピラティス INARI ★★	
14:30																				
15:00					15:00～17:30	15:00～16:00 ボディメイクヨガ イリーナヨガ ★★	15:00～16:00	15:30～16:30 ストレッチ Shiho ★				15:00～17:30	15:00～16:00 ボディメイクヨガ イリーナヨガ ★★	15:00～16:00			15:00～16:00 ボディメイクヨガ SHIZUNA ★		15:00～17:30	15:00～16:00 ボディメイクヨガ イリーナヨガ ★★
15:30																				
16:00																				
16:30					16:30～17:30 ビューティーヨガ イリーナヨガ ★	16:30～17:30 冷え・むくみ改善ヨガ マユリ ★★		16:30～17:30		16:00～17:30	16:30～17:30		16:30～17:30 ビューティーヨガ イリーナヨガ ★	16:30～17:30 冷え・むくみ改善ヨガ 松田 真由美 ★★			16:00～17:30	16:30～17:30	16:30～17:30 ビューティーヨガ イリーナヨガ ★	
17:00																				
17:30																				
18:00						18:00 閉館	18:00 閉館						18:00 閉館	18:00 閉館						18:00 閉館
18:30					18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★			19:00～20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★		18:30～19:30 ビギナーヨガ TOMOKA ★		18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★			19:00～20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★		18:30～19:30 ビギナーヨガ TOMOKA ★		18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★	
19:00																				
19:30																				
20:00					20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★					19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ Hazuki ★★		20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★					19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ Hazuki ★★		20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★	
20:30																				
21:00					21:00～21:30			20:30～21:30 やさいいフローヨガ Ruka ★		20:30～21:30 デトックスヨガ Hiro ★★		21:00～21:30			20:30～21:30 やさいいフローヨガ Ruka ★		20:30～21:30 デトックスヨガ Hiro ★★		21:00～21:30	
21:30																				
22:00					22:00 閉館			22:00 閉館		22:00 閉館		22:00 閉館			22:00 閉館		22:00 閉館		22:00 閉館	
22:30											22:30 閉館							22:30 閉館		
23:00																				

※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。**
※バスタオルを敷いてご利用下さい。

《10月休館日のお知らせ》
6日(火)
13日(火)※常温レッスンあり
20日(火)
27日(火)