

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE
カルド高槻 10月1日(木)～10月15日(木) スタジオスケジュール

※祝日営業※																	
9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)	10月1日(木)	10月2日(金)	10月3日(土)	10月4日(日)	10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	10月9日(金)	10月10日(土)	10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)
			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	8:00 OPEN	10:00 OPEN		9:30 OPEN	10:00 OPEN
					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 松下 弥生 ★★						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 松下 弥生 ★★		常温 10:30～11:15 だれでもかんたんヨガ NAGISA ★		
					9:30～10:00							9:30～10:00					
				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 松下 弥生 ★			10:00～11:00 フローヨガ 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 松下 弥生 ★			10:00～11:00 フローヨガ かなえ ★★	
			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 ★★		10:30～11:30 KaQiLa～機能改善～ 一筆 里美 ★		10:30～11:30 ヒーリングヨガ Yumi ★	
				11:30～12:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AYAMI ★★	11:30～12:00	11:00～12:00			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	11:00～12:00			11:30～12:30 ストレッチングヨガ かなえ ★	
			12:00～13:00 ヴィンヤサフローヨガ みさと ★★★		12:30～13:30 アロマリラックスヨガ TOMOKA ★	12:30～13:30 パワーヨガ 香里 ★★★		12:30～13:30 アロマリラックスヨガ NAGISA ★			12:30～13:30	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ TOMOKA ★	12:30～13:30 パワーヨガ 香里 ★★★		12:00～13:00 一筆 里美 バランスチャレンジ パワーヨガ ★★★	12:30～13:00	12:00～13:00 ヴィンヤサフローヨガ みさと ★★★
				12:30～13:30					12:30～13:00								
			13:30～14:30 ストレッチングヨガ みさと ★		13:30～14:30				13:30～14:30 ボディメイク ピラティス SHIZUNA ★★	13:30～14:30 ストレッチングヨガ みさと ★		13:30～14:30		13:30～14:30 太陽礼拝プラクティス NAGISA ★★		13:30～14:30 ボディメイクヨガ NAGISA ★★	13:30～14:30 ストレッチングヨガ みさと ★
			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 ★		14:00～14:45 Beat Shape NAGISA ★★		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 ボディメイクヨガ イリーナヨガ ★★	15:00～16:00			15:00～16:00 ビギナーヨガ SHIZUNA ★	15:30～16:30 ベーシックヨガ INARI ★★	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 アロマdeゆるヨガ NAGISA ★		15:00～16:00 ビギナーヨガ NAGISA ★	15:30～16:30 ベーシックヨガ NAGISA ★★
			15:30～16:30 ベーシックヨガ NAGISA ★★	15:00～17:30			15:30～16:30 ストレッチ Shiho ★					15:00～17:30			※プラネタリウム※	16:00～17:30	15:30～16:30 ベーシックヨガ NAGISA ★★
			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 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 ★★	16:30～17:30 星空ストレッチ Shiho ★		16:00～17:30	16:30～17:30
					18:00 閉館	18:00 閉館						18:00 閉館	18:00 閉館	18:00 閉館			
				18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★					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 ★★★					18:30～19:30 ビギナーヨガ TOMOKA ★	
			19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ MaMi ★★				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 Hazuki ★★							19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ MaMi ★★
				20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★						20:00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★							
			21:00～22:00 ビューティーヨガ MaMi ★	21:00～21:30			20:30～21:30 やさしいフローヨガ Ruka ★		20:30～21:30 デトックスヨガ Hiro ★★	21:00～22:00 ビューティーヨガ Hazuki ★	21:00～21:30					20:30～21:30 デトックスヨガ Hiro ★★	21:00～22:00 ビューティーヨガ MaMi ★
				22:00 閉館			22:00 閉館		22:00 閉館		22:00 閉館					22:00 閉館	
			22:30 閉館							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)