CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE
カルド高槻 11月16日（月）～11月30日（月） スタジオスケジュール

11月16日（月）

10:00 OPEN

10:30～11:30
KaQiLa～美姿勢～
一筆 里美
★★

11:00～12:00

12:30～13:30
アロマリラックスヨガ
NAGISA
★

14:00～14:45
Beat Shape
NAGISA
★★

15:30～16:30
ストレッチ
Shiho
★

16:30～17:30

19:00～20:00
骨盤コンディショニング
ヨガ
Ruka
★★

20:30～21:30
やさしいフローヨガ
Ruka
★

22:00 閉館

11月17日（火）

休館日

11月18日（水）

9:30 OPEN

10:00～11:00
フローヨガ
かなえ
★★

11:30～12:30
ストレッチングヨガ
かなえ
★

12:30～13:00

13:30～14:30
ボディメイクヨガ
Ayumi
★★

15:00～16:00
ビギナーヨガ
NAGISA★

16:00～17:30

18:30～19:30
ビギナーヨガ
INARI
★

20:30～21:30
デトックスヨガ
Hiro
★★

22:00 閉館

11月19日（木）

10:00 OPEN

10:30～11:30
ヒーリングヨガ
Yumi
★

12:00～13:00
ヴィンヤサフローヨガ
みさと
★★★

13:30～14:30
ストレッチングヨガ
みさと
★

14:30～15:00

15:30～16:30
ベーシックヨガ
NAGISA
★★

16:30～17:30

19:30～20:30
肩こり・腰痛改善ヨガ
Hazuki
★★

21:00～22:00
ビューティーヨガ
Hazuki
★

22:30 閉館

11月20日（金）

9:30 OPEN

10:00～11:00
アロマリラックスヨガ
Yuka
★

11:30～12:30
肩こり・腰痛改善ヨガ
Yuka
★★

12:30～13:30

14:00～15:00
ピラティス
INARI
★★

15:00～17:30

18:30～19:30
シェイプアップヨガ
マユリ
★★★

20:00～21:00
アロマヒーリングヨガ
マユリ
★

【アロマ】
21:00～21:30

22:00 閉館

11月21日（土）

8:00 OPEN

8:30～9:30
ストレッチングヨガ
MaMi
★

9:30～10:00

10:30～11:30
ボディメイク
エクササイズ
かなえ
★★

11:30～12:00

12:30～13:30
アロマリラックスヨガ
週替わり
★

【アロマ】
13:30～14:30

15:00～16:00
ボディメイクヨガ
イリーナヨガ
★★

16:30～17:30
ビューティーヨガ
イリーナヨガ
★

18:00 閉館

11月22日（日）

8:00 OPEN

8:30～9:30
ベーシックヨガ
週替わり
★★

10:00～11:00
ビギナーヨガ
週替わり
★

11:00～12:00

12:30～13:30
パワーヨガ
香里
★★★

14:00～15:00
やさしいフローヨガ
香里
★

15:00～16:00

16:30～17:30
冷え・むくみ改善ヨガ
マユリ
★★

18:00 閉館

11月23日（月）

10:00 OPEN

10:30～11:30
KaQiLa～脂肪燃焼～
一筆 里美
★★

12:00～13:00
癒しの
ヒーリングヨガ
一筆 里美
★

13:00～13:30

14:00～15:00
冬じたく代謝UPヨガ
NAGISA
★★

15:30～16:30
キャンドル
リラックスヨガ
NAGISA★

【キャンドル】
16:30～17:30

18:00 閉館

11月24日（火）

休館日

11月25日（水）

9:30 OPEN

10:00～11:00
フローヨガ
かなえ
★★

11:30～12:30
ストレッチングヨガ
かなえ
★

12:30～13:00

13:30～14:30
ボディメイク
ヨガ
Rie
★★

15:00～16:00
ビギナーヨガ
NAGISA★

16:00～17:30

18:30～19:30
ビギナーヨガ
Hiro
★

20:30～21:30
デトックスヨガ
Hiro
★★

22:00 閉館

11月26日（木）

10:00 OPEN

10:30～11:30
ヒーリングヨガ
Yumi
★

12:00～13:00
ヴィンヤサフローヨガ
みさと
★★★

13:30～14:30
ストレッチングヨガ
みさと
★

14:30～15:00

15:30～16:30
ベーシックヨガ
NAGISA
★★

16:30～17:30

19:30～20:30
肩こり・腰痛改善ヨガ
Hazuki
★★

21:00～22:00
ビューティーヨガ
Hazuki
★

22:30 閉館

11月27日（金）

9:30 OPEN

10:00～11:00
アロマリラックスヨガ
AYAMI
★

11:30～12:30
肩こり・腰痛改善ヨガ
AYAMI
★★

12:30～13:30

14:00～15:00
ピラティス
INARI
★★

15:00～17:30

18:30～19:30
シェイプアップヨガ
マユリ
★★★

20:00～21:00
アロマヒーリングヨガ
マユリ
★

【アロマ】
21:00～21:30

22:00 閉館

11月28日（土）

8:00 OPEN

8:30～9:30
ストレッチングヨガ
MaMi
★

9:30～10:00

10:30～11:30
ボディメイク
エクササイズ
かなえ
★★

11:30～12:00

12:30～13:30
アロマリラックスヨガ
週替わり
★

【アロマ】
13:30～14:30

15:00～16:00
ボディメイクヨガ
イリーナヨガ
★★

16:30～17:30
ビューティーヨガ
イリーナヨガ
★

18:00 閉館

11月29日（日）

8:00 OPEN

8:30～9:30
ベーシックヨガ
週替わり
★★

10:00～11:00
ビギナーヨガ
週替わり
★

11:00～12:00

12:30～13:30
パワーヨガ
香里
★★★

14:00～15:00
やさしいフローヨガ
香里
★

15:00～16:00

16:30～17:30
冷え・むくみ改善ヨガ
マユリ
★★

18:00 閉館

11月30日（月）

10:00 OPEN

10:00～15:00
POLAイベント

10:30～11:30
KaQiLa～美姿勢～
一筆 里美
★★

11:30～12:00

12:30～13:30
アロマリラックスヨガ
NAGISA
★

14:00～14:45
Beat Shape
NAGISA
★★

15:30～16:30
ストレッチ
Shiho
★

16:30～17:30

19:00～20:00
骨盤コンディショニング
ヨガ
Ruka
★★

20:30～21:30
やさしいフローヨガ
Ruka
★

22:00 閉館

《11月休館日のお知らせ》
3日（火）
10日（火）
17日（火）
24日（火）