CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE
カルド高槻 12月1日（火）～12月15日（火） スタジオスケジュール

	12月1日（火）	12月2日（水）	12月3日（木）	12月4日（金）	12月5日（土）	12月6日（日）	12月7日（月）	12月8日（火）
8:00		9:30 OPEN	10:00 OPEN	9:30 OPEN	8:00 OPEN	8:00 OPEN	10:00 OPEN	
8:30					8:30～9:30 ストレッチングヨガ MaMi ★	8:30～9:30 週替わり ★★		
9:00								
9:30					9:30～10:00	New		
10:00		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 週替わり ★		
10:30			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 ★★	
11:00						11:00～12:00		
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	
12:00			12:00～13:00 ヴィンヤサフローヨガ みさと ★★★					
12:30		12:30～13:30		12:30～13:30	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ 週替わり ★	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 ★	
13:00								
13:30		New	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 冷え・むくみ改善ヨガ 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 ★	14:00～14:45 Beat Shape NAGISA ★★	
14:30			14:30～15:00					
15:00		15:00～17:30		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			15:30～16:30 ベーシックヨガ NAGISA ★★				15:30～16:30 ストレッチ Shiho ★	
16:00								
16:30			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 マユリ ★★	16:30～17:30	
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 ビギナーヨガ Naomi ★		18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★				
19:00							19:00～20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★	
19:30			19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ Hazuki ★★					
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 デトックスヨガ Hiro ★★					20:30～21:30 やさしいフローヨガ Ruka ★	
21:00			21:00～22:00 ビューティーヨガ Hazuki ★	21:00～21:30				
21:30								
22:00		22:00 閉館		22:00 閉館			22:00 閉館	
22:30			22:30 閉館					
23:00								

休館日

	12月9日（水）	12月10日（木）	12月11日（金）	12月12日（土）	12月13日（日）	12月14日（月）	12月15日（火）
8:00	9:30 OPEN	10:00 OPEN	9:30 OPEN	8:00 OPEN	8:00 OPEN	10:00 OPEN	
8:30				8:30～9:30 ストレッチングヨガ MaMi ★	8:30～9:30 週替わり ★★		
9:00							
9:30				9:30～10:00			
10:00	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 週替わり ★		
10:30		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 ★★	
11:00					11:00～12:00		
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	
12:00		12:00～13:00 ヴィンヤサフローヨガ みさと ★★★					
12:30	12:30～13:30		12:30～13:30	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ 週替わり ★	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 ★	
13:00							
13:30		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 冷え・むくみ改善ヨガ 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 ★	14:00～14:45 Beat Shape NAGISA ★★	
14:30		14:30～15:00					
15:00	15:00～17:30		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		15:30～16:30 ベーシックヨガ NAGISA ★★				15:30～16:30 ストレッチ Shiho ★	
16:00							
16:30		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 マユリ ★★	16:30～17:30	
17:00							
17:30							
18:00	18:00 閉館		18:00 閉館	18:00 閉館	18:00 閉館		
18:30	18:30～19:30 ビギナーヨガ Naomi ★		18:30～19:30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★				
19:00						19:00～20:00 骨盤コンディショニング ヨガ Ruka ★★	
19:30		19:30～20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ Hazuki ★★					
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 デトックスヨガ Hiro ★★					20:30～21:30 やさしいフローヨガ Ruka ★	
21:00		21:00～22:00 ビューティーヨガ Hazuki ★	21:00～21:30				
21:30							
22:00	22:00 閉館		22:00 閉館			22:00 閉館	
22:30		22:30 閉館					
23:00							

休館日

※全てのレッスンは定員50名です。
※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。*
※スタジオ内での私語はご遠慮ください。
※温活タイムは、ご自由にお使い頂ける時間です。スタジオは自由に出入り可能です。
※レッスン中・温活タイム中は、マットの上にタオルを敷いてご利用下さい。