

CALDO ITAMI STUDIO TIMETABLE

カルド伊丹 3月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00 9:00~10:00 リフレッシュヨガ Chiyomi ★★	9:00~10:00 フローヨガ 真鍋 ★★	9:00~10:00 ビューティーヨガ Kotomi ★	9:00~10:00 ボディ コンディショニングヨガ ~プラネタリアム~ ★★ AYUMI	9:00~10:00 アロマ ストレッチングヨガ Tomomi ★	9:00~10:00 ピラティス HIROMI ★★	9:00~10:00 陰ヨガ Yuka ★
10:30 10:30~11:30 リラックスヨガ 真鍋 ★	10:30~11:30 パワーヨガ Natsuki ★★★	10:30~11:30 骨盤 コンディショニングヨガ Kotomi ★★	10:30~11:30 ビューティーヨガ naomi ★	10:30~11:30 肩こり・腰痛 改善ヨガ Tomomi ★★	10:30~11:30 やさしいデトックス ヨガ HIROMI ★	10:30~11:30 姿勢改善ヨガ Yuka ★★
	12:00~13:00 リラックスヨガ Natsuki ★		12:00~13:00 アロマフローヨガ naomi ★★	12:00~13:00 陰ヨガ ~キャンドル~ Yuka ★	12:00~13:00 ウィンヤサフロー ヨガ AYUMI ★★★	12:00~13:00 アロマリラックス ヨガ 瑠映 ★
13:30 13:30~14:30 ボディメイクヨガ CHIE ★★	14:00~15:00 週替わりレッスン ★	13:30~14:30 ストレッチングヨガ Chiyomi ★	13:30~14:15 ピラティス chii ★★	13:30~14:30 デトックスヨガ Chiyomi ★★		13:30~14:30 デトックスヨガ 瑠映 ★★
15:00 15:00~16:00 やさしいフローヨガ ~プラネタリアム~ CHIE ★		15:00~16:00 シェイプアップヨガ Chiyomi ★★★	14:45~15:45 やさしいデトックス ヨガ chii ★		15:30~16:30 アロマリフレッシュ ヨガ Aya ★★	15:30~16:30 ビギナーヨガ Nano ★
					17:00~18:00 ストレッチングヨガ Yuka ★	17:00~18:00 ボディメイク エクササイズ 小山 義政 ★★
21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	18:30 閉館	18:30 閉館
18:30 18:30~19:30 ベーシックヨガ 原 亜紀子 ★★	18:30~19:30 ビューティーヨガ Aya ★	18:30~19:30 冷え・むくみ 改善ヨガ ~キャンドル~ Nano ★★	18:30~19:30 骨盤 コンディショニングヨガ kako ★★	18:30~19:30 ストレッチングヨガ naomi ★	<p>《営業時間》 平日 8:30~21:30 土日祝 8:30~18:30</p> <p>《休館日のお知らせ》 5日 15日 25日 月末最終日</p>	
20:00 20:00~21:00 やさしいデトックス ヨガ 原 亜紀子 ★	20:00~21:00 シェイプアップヨガ Aya ★★★	20:00~21:00 ビギナーヨガ まあこ ★	20:00~21:00 リラックスヨガ kako ★	20:00~21:00 フローヨガ ~プラネタリアム~ naomi ★★		
21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館	21:30 閉館		

- ※全てのレッスンは定員70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。