

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE

カルド天六 11月スタジオスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00								9:00
9:30								9:30
10:00								10:00
10:30	10:30~11:30 やさしいフローヨガ AKKO ★	10:30~11:30 シェイプアップヨガ Nori ★★★	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ Yumi ★★	10:30~11:30 リラックスヨガアロマ 安田 葉子 ★		10:30~11:30 やさしいフローヨガ Saeko ★	10:30~11:30 冷え・むくみ解消ヨガ Yumi ★★	10:30
11:00								11:00
11:30								11:30
12:00	12:00~13:00 冷え・むくみ解消ヨガ Naho ★★	12:00~13:00 ビギナーヨガ Nori ★	12:00~13:00 ビューティーヨガ Yumi ★	12:00~13:00 ピラティス 安田 葉子 ★★		12:00~13:00 週替わり Staff ★★★	12:00~13:00 陰ヨガ Rie ★	12:00
12:30						※変更あり		12:30
13:00								13:00
13:30						13:30~14:30 週替わり Staff ★	13:30~14:30 リフレッシュヨガ Naoko ★★	13:30
14:00	14:00~15:00 ビューティーヨガ Miku ★	14:00~15:00 リフレッシュヨガ Chii ★★	14:00~15:00 陰ヨガアロマ YU-RI ★	14:00~15:00 フローヨガ Mie ★★		※変更あり		14:00
14:30								14:30
15:00						15:00~16:00 週替わり Staff ★★	15:00~16:00 ストレッチングヨガ Naoko ★	15:00
15:30						※変更あり		15:30
16:00	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time	15:15~17:00 温活time				16:00
16:30						16:30~17:30 ストレッチングヨガ AKANE ★	16:30~17:30 フローヨガ kako ★★	16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00	18:00~19:00 ビギナーヨガ Yummy ★	18:00~19:00 週替わり Staff ★★	18:00~19:00 リラックスヨガアロマ AKKO ★	18:00~19:00 ベーシックヨガ あみほ ★★		18:00~19:00 ボディメイクヨガ AKANE ★★	18:00~19:00 リラックスヨガアロマ 真穂 ★	18:00
18:30		※変更あり						18:30
19:00								19:00
19:30	19:30~20:30 姿勢改善ヨガ Yummy ★★	19:30~20:30 リラックスヨガアロマ kako ★	19:30~20:30 肩こり・腰痛改善ヨガ AKKO ★★	19:30~20:30 陰ヨガ YU-RI ★		19:30~20:30 週替わり Staff ★		19:30
20:00						※変更あり		20:00
20:30								20:30
21:00	21:00~21:45 リラックスヨガアロマ Samico ★	21:00~22:00 姿勢改善ヨガ 藍子 ★★	21:00~22:00 やさしいフローヨガ Aya ★	21:00~22:00 デトックスヨガ coco ★★				21:00
21:30	※変更あり					21:30 閉館		21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館				23:00

休館日

※全てのレッスンは定員60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。

★ 初級
★★ 中級
★★★ 上級