

CALDO TENROKU STUDIO TIMETABLE

カルド天六 12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 リフレッシュヨガ Saeko ★★	10:30～11:30 冷え・むくみ解消ヨガ Yumi ★★★
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 ビギナーヨガ マユリ ★	12:00～13:00 陰ヨガ Rie ★
12:30					※変更あり	
13:00						13:00
13:30						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 ★★	13:30～14:30 パワーヨガ マユリ ★★★	13:30～14:30 リフレッシュヨガ Naoko ★★
14:30					※変更あり	
15:00						15:00
15:30					15:00～16:00 ビューティーヨガ Yumi ★	15:00～16:00 ストレッチングヨガ Naoko ★
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	※変更あり	
16:30						16:30
17:00					16:30～17:30 ストレッチングヨガ AKANE ★	16:30～17:30 フローヨガ kako ★★
17:30						17:30
18:00	18:00～19:00 ビギナーヨガ Yummy ★	18:00～19:00 ボディメイクヨガ honami ★★	18:00～19:00 リラックスヨガアロマ AKKO ★	18:00～19:00 冷え・むくみ解消ヨガ マユリ ★★	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 ★
18:30		※変更あり		※変更あり		
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 ★～★★★★	20:00 閉館
20:00					※変更あり	
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 ★★	21:30 閉館	21:00
21:30						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		

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に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