

CALDO TAKATSUKI STUDIO TIMETABLE

カルド高槻 10～12月スタジオスケジュール

8:00	月	火	水	木	金	土	日	8:00
8:30						8：30～9：30 ストレッチングヨガ (週替わり) ★	8：30～9：30 ベーシックヨガ (週替わり) ★★	8:30
9:00								9:00
9:30						9：30～10：00		9:30
10:00			10：00～11：00 コアトレヨガ かなえ ★★		10：00～11：00 アロマリラックスヨガ AYAMI ★		10：00～11：00 ビギナーヨガ (週替わり) ★	10:00
10:30	10：30～11：30 KaQiLa～美姿勢～ 一筆 里美 ★★			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
11:00							11：00～12：00	11:00
11:30	11：30～12：00		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			12：30～13：00	12：00～13：00 ヴィンヤサフローヨガ Hikari ★★★				12:00
12:30	12：30～13：30 アロマビギナーヨガ かなえ ★				12：30～13：30	12：30～13：30 アロマリラックスヨガ AKANE ★	12：30～13：30 パワーヨガ 香里 ★★★	12:30
13:00								13:00
13:30			13：30～14：30 アロマリラックスヨガ NAGISA ★	13：30～14：30 ストレッチングヨガ Hikari ★		13：30～14：30		13:30
14:00	14：00～15：00 デトックスヨガ かなえ ★★			14：30～15：00	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
14:30								14:30
15:00			15：00～16：00 ベーシックヨガ NAGISA ★★			15：00～16：00 ピラティス Ayuka ★★	15：00～16：00	15:00
15:30	15：30～16：30 ストレッチングヨガ Yumi ★			15：30～16：30 Beat Shape NAGISA ★★	15：30～16：30 アロマ筋膜ローラーほぐし &コンディショニング みなみ ★			15:30
16:00			16：00～17：30					16:00
16:30				16：30～17：30	16：30～17：30	16：30～17：30 ビューティーヨガ Ayuka ★	16：30～17：30 冷え・むくみ改善ヨガ マユリ ★★	16:30
17:00	17：00～18：00 冷え・むくみ改善ヨガ Yumi ★★							17:00
17:30								17:30
18:00	18：00～19：00					18：00 閉館	18：00 閉館	18:00
18:30								18:30
19:00			19：00～20：00 ビギナーヨガ Ayuka ★		18：30～19：30 シェイプアップヨガ マユリ ★★★			19:00
19:30	19：30～20：30 パワーヨガ Ayuka ★★★			19：30～20：30 肩こり・腰痛改善ヨガ AKANE ★★				19:30
20:00					20：00～21:00 アロマヒーリングヨガ マユリ ★			20:00
20:30			20：30～21：30 冷え・むくみ改善ヨガ Ayuka ★★					20:30
21:00	21：00～22：00 やさしいフローヨガ Ayuka ★			21：00～22：00 ビューティーヨガ AKANE ★	21：00～21：30			21:00
21:30								21:30
22:00			22：00 閉館		22：00 閉館			22:00
22:30	22：30 閉館			22：30 閉館				22:30

※全てのレッスンは定員●●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。