

CALDO ITAMI STUDIO TIMETABLE

カルド伊丹 8月スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
内容変更		内容変更			内容変更	
9:00 9:00～10:00 リフレッシュヨガ Chiyomi ★★	9:00～10:00 ベーシックヨガ 真鍋 ★★	9:00～10:00 アロマビューティー ヨガ MITSUYO ★	9:00～10:00 やさしいパワーヨガ AYUMI ★★	9:00～10:00 ビギナーヨガ Tomomi ★	9:00～10:00 ピラティス HIROMI ★★	9:00～10:00 ビューティーヨガ Ruka ★
10:00					内容変更	内容変更
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 バレエストレッチ MITSUYO ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ naomi ★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Tomomi ★★	10:30～11:30 ストレッチングヨガ HIROMI ★	10:30～11:30 リフレッシュヨガ Ruka ★★
11:00						
11:30						
12:00			内容変更	担当者変更	担当者・内容変更	
12:30	12:00～13:00 リラックスヨガ Natsuki ★		12:00～13:00 肩こり・腰痛改善 ヨガ naomi ★★	12:00～13:00 やさしいデトックスヨガ Yuka ★	12:00～13:00 パワーヨガ AYUMI ★★★	12:00～13:00 リラックスヨガ Yuka ★
13:00						内容変更
13:30 13:30～14:30 アロマベーシック ヨガ CHIE ★★	14:00～15:00 デトックスヨガ Nano ★★	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 骨盤コンディショ ニングヨガ Chiyomi ★★		13:30～14:30 姿勢改善ヨガ Yuka ★★
14:00						
14:30						
15:00 15:00～16:00 やさしいフローヨガ CHIE ★		15:00～16:00 シェイプアップヨガ Chiyomi ★★★	14:45～15:45 リラックスヨガ chii ★		15:30～16:30 ボディメイク エクササイズ Aya ★★	15:30～16:30 ビギナーヨガ MIDORI ★
15:30						
16:00						
16:30						
17:00					17:00～18:00 アロマリラックス ヨガ 週替わり ★	17:00～18:00 フローヨガ 週替わり ★★
17:30						
18:00		内容変更		内容変更	18:30 閉館	18:30 閉館
18:30 18:30～19:30 シェイプアップヨガ 原 亜紀子 ★★★	18:30～19:30 リラックスヨガ Aya ★	18:30～19:30 デトックスヨガ Nano ★★	18:30～19:30 ストレッチングヨガ kako ★	18:30～19:30 ボディメイクヨガ naomi ★★		
19:00						
19:30						
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 姿勢改善ヨガ Aya ★★	20:00～21:00 ビギナーヨガ まあこ ★	20:00～21:00 やさしいパワーヨガ kako ★★	20:00～21:00 アロマリラックス ヨガ naomi ★	《営業時間》 平日 8:30～21:30 土日祝 8:30～18:30 《8月休館日のお知らせ》 5日 15日 16日 25日 31日	
20:30						
21:00						
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。