

CALDO GRAN SHINYOKOHAMA STUDIO TIMETABLE
カルドグラン新横浜 9月1日(火)～9月15日(火) スタジオスケジュール

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)	9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)
9:00															
9:30	9:30～10:30 パワーヨガ Miki ★★	9:30～10:15 ビューティーヨガ TOMOKO ★	※強度変更 9:30～10:30 フローヨガ Noriko ★★	9:30～10:30 やさしいデトックスヨガ sachi ★	9:30～10:30 ビギナーピラティス Tomomi ★		9:30～10:15 アロマストレッチングヨガ Shige	9:30～10:30 パワーヨガ Miki ★★	9:30～10:15 ビューティーヨガ TOMOKO ★	※強度変更 9:30～10:30 ヴィンヤサフローヨガ Noriko ★★	9:30～10:30 やさしいデトックスヨガ sachi ★	9:30～10:30 ビギナーピラティス Tomomi ★	9:30～10:30 ウーマンライフヨガ リシン ★★	9:30～10:15 アロマストレッチングヨガ Shige ★	9:30～10:30 パワーヨガ Miki ★★
10:00		10:15～10:25					10:15～10:25		10:15～10:25					10:15～10:25	10:30～10:40
10:30	10:30～10:40		10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40		10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40	10:30～10:40		10:30～10:40
11:00		10:45～11:45 月ヨガ TOMOKO ★★					10:45～11:45 フローヨガ Shige ★★		10:45～11:45 月ヨガ TOMOKO ★★					10:45～11:45 フローヨガ Shige ★★	
11:30	11:15～12:00 リラックスヨガ Miki ★	11:45～11:55	11:15～12:00 陰ヨガ Noriko ★	11:15～12:15 ピラティス 漆原 愛 ★★	11:00～11:45 フローヨガ Tomomi ★★		11:15～12:00 リラックスヨガ Miki ★	11:15～12:00 陰ヨガ Noriko ★	11:15～12:00 陰ヨガ Noriko ★	11:15～12:15 ピラティス 漆原 愛 ★★	11:00～11:45 フローヨガ Tomomi ★★	11:00～11:45 ビギナーヨガ リシン ★	11:00～11:45 ビギナーヨガ リシン ★	10:45～11:45 フローヨガ Shige ★★	11:15～12:00 リラックスヨガ Miki ★
12:00	溶岩タイム 12:00～13:00		12:00～12:15	溶岩タイム 12:15～13:00	12:15～13:00 アロマ ストレッチングヨガ 伊東 尚美 ★		アロマ溶岩タイム 11:45～13:00	溶岩タイム 12:00～13:00		溶岩タイム 12:15～13:00	溶岩タイム 12:15～13:00	12:15～13:00 調整中		アロマ溶岩タイム 11:45～13:00	溶岩タイム 12:00～13:00
12:30		12:30～13:30 ベーシックヨガ TAEKO ★★	※オリジナルアロマ 12:45～13:45 アロマ KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★		アロマ溶岩タイム 13:00～13:10				12:30～13:30 ベーシックヨガ TAEKO ★★	12:45～13:45 アロマ KaQiLa ～脂肪燃焼～ UTAKO ★★		アロマ溶岩タイム 13:00～13:10	12:30～13:30 フローヨガ TOMOKO ★★		
13:00		13:30～13:40							13:30～13:40		※代行		13:30～13:40		
13:30	13:30～14:30 ビギナーヨガ 築地 サヤカ ★			13:30～14:30 アロマリフレッシュヨガ miwa ★★	13:30～14:30 シェイプアップヨガ 伊東 尚美 ★★		13:30～14:30 肩こり・腰痛改善ヨガ 佐々木 茜 ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ 築地 サヤカ ★		13:30～14:30 アロマリフレッシュヨガ SHOKO ★★		13:30～14:30 調整中		13:30～14:30 肩こり・腰痛改善ヨガ 佐々木 茜 ★★	13:30～14:30 ビギナーヨガ 築地 サヤカ ★
14:00		14:00～14:45 リラックスヨガ Kumi ★	アロマ溶岩タイム 13:45～15:00	14:30～14:40			14:30～14:40		14:00～14:45 リラックスヨガ Kumi ★	アロマ溶岩タイム 13:45～15:00	14:30～14:40		14:00～15:00 ボディメイクヨガ かりん ★★	14:30～14:40	14:30～14:40
14:30	14:30～14:40	14:45～14:55					14:30～14:40		14:45～14:55		※代行				14:30～14:40
15:00	15:00～16:00 コアトレヨガ 築地 サヤカ ★★	※強度変更 15:15～16:15 ボディメイクヨガ Kumi ★★	15:30～16:30 やさしいフローヨガ 伊東 尚美 ★	15:00～15:45 ビューティーヨガ miwa ★	溶岩タイム 14:30～16:00		15:00～15:45 やさしいデトックスヨガ 佐々木 茜 ★	15:00～16:00 コアトレヨガ 築地 サヤカ ★★	※強度変更 15:15～16:15 ボディメイクヨガ Kumi ★★	15:30～16:30 やさしいフローヨガ 伊東 尚美 ★	15:00～15:45 ビューティーヨガ SHOKO ★	溶岩タイム 14:30～16:00	15:00～15:10	15:00～15:45 やさしいデトックスヨガ 佐々木 茜 ★	15:00～16:00 コアトレヨガ 築地 サヤカ ★★
15:30							溶岩タイム 15:45～17:30	溶岩タイム 16:00～17:30	アロマ溶岩タイム 16:15～17:30	溶岩タイム 16:30～17:30	アロマ溶岩タイム 15:45～17:30	溶岩タイム 16:30～17:30		溶岩タイム 15:45～17:30	溶岩タイム 16:00～17:30
16:00			溶岩タイム 16:30～17:30		16:30～17:30 ヒーリングヨガ EIKA ★				アロマ溶岩タイム 16:15～17:30	溶岩タイム 16:30～17:30	アロマ溶岩タイム 15:45～17:30	16:30～17:30 ヒーリングヨガ EIKA ★	16:15～16:25		
16:30	溶岩タイム 16:00～17:30	アロマ溶岩タイム 16:15～17:30		アロマ溶岩タイム 15:45～17:30											
17:00					17:30～17:40							17:30～17:40	16:45～17:45 ベーシックヨガ hitomi ★★		
17:30												17:45～17:55			
18:00					18:00～19:00 リフレッシュヨガ EIKA ★★						18:00～19:00 リフレッシュヨガ EIKA ★★		18:15～19:00 アロマリフレッシュヨガ hitomi ★		
18:30	18:15～19:15 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★	18:15～19:15 デトックスヨガ ひなこ ★★	18:15～19:15 ベーシックヨガ maya ★★	18:15～19:15 ヴィンヤサフローヨガ 相田 千也子 ★★	18:00～19:00 リフレッシュヨガ EIKA ★★		18:15～19:15 リラクゼーションヨガ YO-KO ★	18:15～19:15 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★	18:15～19:15 デトックスヨガ ひなこ ★★	18:15～19:15 ベーシックヨガ maya ★★	18:15～19:15 ヴィンヤサフローヨガ 相田 千也子 ★★	18:00～19:00 リフレッシュヨガ EIKA ★★	18:15～19:00 アロマリフレッシュヨガ hitomi ★	18:15～19:15 リラクゼーションヨガ YO-KO ★	18:15～19:15 ヒーリングヨガ TSUBAKI ★
19:00	19:15～19:25	19:15～19:25	19:15～19:25	19:15～19:25	19:00～19:10		19:15～19:25	19:15～19:25	19:15～19:25	19:15～19:25	19:15～19:25	19:00～19:10	19:00～19:10	19:15～19:25	19:15～19:25
19:30					20:00 閉館							20:00 閉館	20:00 閉館		
20:00	19:45～20:45 ベーシックヨガ 星野 ゆり ★★	19:45～20:30 アロマリフレッシュヨガ mayu ★	19:45～20:30 ストレッチングヨガ YUCA ★	19:45～20:30 音聲 コンディショニングヨガ 相田 千也子 ★★			19:45～20:45 パワーヨガ Kumi ★★	19:45～20:45 ベーシックヨガ 星野 ゆり ★★	19:45～20:30 アロマリフレッシュヨガ mayu ★	19:45～20:30 ストレッチングヨガ YUCA ★	19:45～20:30 音聲 コンディショニングヨガ 相田 千也子 ★★			19:45～20:45 パワーヨガ Kumi ★★	19:45～20:45 ベーシックヨガ 星野 ゆり ★★
20:30	20:45～20:55	アロマ溶岩タイム 20:30～20:40	20:30～20:40	20:30～20:40			20:45～20:55	20:45～20:55	アロマ溶岩タイム 20:30～20:40	20:30～20:40	20:30～20:40			20:45～20:55	20:45～20:55
21:00		21:00～22:00 ベーシックヨガ mayu ★★	21:00～22:00 デトックスヨガ YUCA ★★	21:00～22:00 やさしいフローヨガ 佐々木 茜 ★			21:15～22:00 ウーマンライフヨガ Kumi ★★	21:15～22:00 ウーマンライフヨガ 星野 ゆり ★	21:00～22:00 ベーシックヨガ mayu ★★	21:00～22:00 デトックスヨガ YUCA ★★	21:00～22:00 やさしいフローヨガ 佐々木 茜 ★			21:15～22:00 ウーマンライフヨガ Kumi ★★	21:15～22:00 ウーマンライフヨガ 星野 ゆり ★
21:30	21:15～22:00 ビューティーヨガ 星野 ゆり ★														
22:00															
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館			22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館			22:30 閉館	22:30 閉館