

CALDO SAPPORO STUDIO TIMETABLE
カルド札幌 8月1日(土)～8月15日(土) スタジオスケジュール

	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)		8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)		
10:00					休館日				10:00								10:00	
10:30	10：30～11：30 リフレッシュヨガ Ryoko ★★	10：30～11：30 やさしい フローヨガ shoko ★	10：30～11：30 やさしい パワーヨガ mina ★★	10：30～11：30 ビギナーヨガ yukiko ★			10：30～11：30 パワーヨガ saki ★★★	10：30～11：30 ビューティーヨガ CHIHIRO ★	10：30～11：30 リフレッシュヨガ Ryoko ★★	10:30	10：30～11：30 やさしい フローヨガ shoko ★	10：30～11：30 やさしい パワーヨガ mina ★★	10：30～11：30 アロマ ビギナーヨガ yukiko ★	10：30～11：30 肩こり腰痛 改善ヨガ Aya. ★★	10：30～11：30 パワーヨガ saki ★★★			10:30
11:00										11:00								11:00
11:30										11:30								11:30
12:00	12：00～13：00 ビギナーヨガ kazue ★	12：00～13：00 デトックスヨガ kiriko ★★	12：00～13：00 リラックスヨガ hiyori ★	12：00～13：00 フローヨガ mina ★★			12：00～13：00 ビューティーヨガ kazue ★	12：00～13：00 シェイプ アップヨガ mari ★★★	12：00～13：00 ビギナーヨガ kazue ★	12:00	12：00～13：00 やさしい パワーヨガ RISA ★★	12：00～13：00 リラックスヨガ hiyori ★	12：00～13：00 美背中フローヨガ mina ★★	12：00～13：00 シェイプアップヨガ Aya. ★★★	12：00～13：00 アロマ ビューティーヨガ kazue ★			12:00
12:30										12:30								12:30
13:00	【45分レッスン】								【45分レッスン】	13:00								13:00
13:30	13：30～14：15 ボディメイクヨガ Iku ★★		13：30～14：30 ボディメイクヨガ Aya. ★★	13：30～14：30 アシュタンガヨガ mina ★★★			13：30～14：30 デトックスヨガ Akari ★★	13：30～14：30 リラックスヨガ KAHO ★	13：30～14：15 ボディメイクヨガ Iku ★★	13:30		13：30～14：30 ボディメイクヨガ Aya. ★★	13：30～14：30 アシュタンガヨガ mina ★★★	13：30～14：30 アロマリラックス ヨガ tomoko ★	13：30～14：30 アロマ デトックスヨガ Akari ★★			13:30
14:30		14：00～15：00 ビギナー ピラティス Lisa.T ★								14:30	14：00～15：00 ビギナー ピラティス Lisa.T ★							14:30
15:00	15：00～16：00 ウィンヤサ フローヨガ mina ★★★		15：00～16：00 ビギナーヨガ MAYUMI ★	15：00～16：00 ビギナー ピラティス Lisa.T ★			15：00～16：00 リラックスヨガ Akari ★	15：00～16：00 やさしい パワーヨガ saki ★★	15：00～16：00 ウィンヤサ フローヨガ mina ★★★	15:00		15：00～16：00 ビギナーヨガ MAYUMI ★	15：00～16：00 フリージング ピラティス Lisa.T ★	15：00～16：00 夏の腸活ヨガ kazue ★★	15：00～16：00 アロマリラックス ヨガ Akari ★			15:00
15:30										15:30								15:30
16:00										16:00								16:00
16:30	16：30～17：30 リラックスヨガ KEINA ★	16：30～17：30 肩こり腰痛 改善ヨガ mina ★★							16：30～17：30 リラックスヨガ KEINA ★	16:30	16：30～17：30 肩こり腰痛 改善ヨガ mina ★★							16:30
17:00										17:00								17:00
17:30									17:30								17:30	
18:00	18：00～19：00 姿勢改善ヨガ KEINA ★★	18：00～19：00 ビギナーヨガ hiyori ★	18：00～19：00 ベーシックヨガ yukiko ★★	【時間変更】 18：30～19：30 やさしい デトックスヨガ mari ★		18：30～19：30 骨盤コンディショ ニングヨガ mina ★★	18：00～19：00 フローヨガ mina ★★	18：00～19：00 姿勢改善ヨガ KEINA ★★	18:00	18：00～19：00 ビギナーヨガ hiyori ★	18：00～19：00 ベーシックヨガ yukiko ★★	18：00～19：00 骨から美人ヨガ mari ★★	18：00～19：00 アロマ ビギナーヨガ kiriko ★	18：00～19：00 骨盤コンディショ ニングヨガ mina ★★			18:00	
18:30									18:30								18:30	
19:00	19：30 閉館	19：30 閉館						19：30 閉館	19:00	19：30 閉館		19：30 閉館		19：30 閉館			19:00	
19:30									19:30								19:30	
20:00									20:00		20：00～21：00 ビューティーヨガ Ryoko ★		19：30～20：30 フローヨガ 貴稀 ★★				20:00	
20:30			20：00～21：00 ビューティーヨガ Ryoko ★	20：00～21：00 骨盤コンディショ ニングヨガ nakajima ★★		20：00～21：00 ビギナーヨガ nakajima ★	19：30～20：30 やさしい デトックスヨガ Rie ★		20:30								20:30	
21:00									21:00								21:00	
21:30			21：30 閉館	21：30 閉館					21:30		21：30 閉館		21：30 閉館				21:30	