

CALDO GINZA9 STUDIO TIMETABLE
カルドGINZA9 8月スタジオスケジュール

月		火		水		木		金		土		日	
9：30 開館		7：00 開館		9：30 開館		7：00 開館		9：30 開館		7：30 開館		7：30 開館	
HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス	HOTヨガ	マシンピラティス
		7：30～8：15 リフレッシュヨガ chie ★★	7：30～9：00 フリータイム			7：30～8：30 ビギナーヨガ Mari ★	7：30～9：00 フリータイム			✳️アロマ			
		8：15～9：00 溶岩タイム				8：30～9：00 溶岩タイム				8：00～9：00 アロマビューティーヨガ Hazuki ★	8：00～9：00 UPPER BODY 1 chii ★	8：00～9：00 モーニングフローヨガ Sawa ★★	8：00～9：00 BODY MAKE 小川 ★★
										9：00～9：30 溶岩タイム		9：00～9：30 溶岩タイム	
		9：30～10：30 やさしいパワーヨガ ミヤコ ★★	9：30～10：30 BASIC2 chii ★★			9：30～10：30 冷え・むくみ改善ヨガ ミヤコ ★★	9：30～10：30 WAIST yukie ★★				9：50～10：50 BODY MAKE chii ★★		9：50～10：50 BASIC 1 小川 ★
10：00～11：00 やさしいフローヨガ いくえ ★	10：00～11：00 HIP&LEGS TAKAKO ★★			10：00～11：00 ビューティーヨガ Risa ★	10：00～11：00 BASIC1 tae ★			10：00～11：00 ビギナーヨガ Sawa ★	10：00～11：00 フリータイム	10：00～11：00 パワーヨガ yayoi ★★★★		10：00～11：00 ストレッチングヨガ Sawa ★	
11：00～12：30 溶岩タイム		10：30～12：00 溶岩タイム	11：00～12：00 STRETCH 柏屋 祐子 ★			11：00～12：00 リラックスヨガ yayoi ★	11：00～12：00 BASIC 2 yukie ★★			11：00～12：00 溶岩タイム	10：50～11：50 フリータイム	11：00～12：00 溶岩タイム	10：50～11：50 フリータイム
	11：30～12：30 FULL BODY TAKAKO ★★				11：30～12：30 BASIC2 TOMOKO ★★				11：30～12：30 BODY MAKE 井田 英恵 ★★				
		12：30～13：30 ストレッチングヨガ 星野 ゆり ★						12：00～14：00 溶岩タイム			12：20～13：20 BEGINNER NON ★	12：30～13：30 ボディコンディショニング 夏海 はるか ★★	12：20～13：20 WAIST yoshie ★★
13：00～14：00 デトックスヨガ 渡辺 千恵子 ★★	12：30～13：45 フリータイム			13：00～14：00 シェイプアップヨガ 珠代 ★★★★	12：30～13：45 フリータイム		13：15～14：15 BEGINNER モモ ★			13：30～14：15 溶岩タイム	13：20～15：00 フリータイム	13：30～14：00 溶岩タイム	
14：00～15：00 溶岩タイム	14：15～15：15 BEGINNER iso ★	13：30～14：30 溶岩タイム	13：45～14：45 HIP&LEGS tae ★★	14：00～15：00 溶岩タイム	14：15～15：15 ADVANCE 柏屋 祐子 ★★★★		14：30～15：30 ボディメイクヨガ Sawa ★★	14：15～17：00 フリータイム	13：50～15：30 溶岩タイム	14：30～15：30 WAIST iso ★★		14：45～15：45 やさしいデトックスヨガ NON ★	14：00～15：00 JUMP TO SHAPE yoshie ★★★★
		15：00～16：00 やさしいデトックスヨガ 珠代 ★				✳️アロマ						14：30～15：30 ビギナーヨガ 珠代 ★	
15：30～16：30 リラックスヨガ 渡辺 千恵子 ★	15：15～17：30 フリータイム			15：30～16：30 ベーシックヨガ 麻生 絵美 ★★				15：30～17：30 溶岩タイム		15：45～16：30 溶岩タイム	15：30～16：30 BASIC1 JUN ★	15：30～16：00 溶岩タイム	
16：30～17：30 溶岩タイム		16：00～17：30 溶岩タイム	16：15～17：15 BASIC1 りさ ★	16：30～17：30 溶岩タイム					17：00～17：45 溶岩タイム				16：15～17：15 STRETCH yukie ★
		✳️担当者変更					17：50～18：50 BEGINNER 富永 夏希 ★			✳️アロマ	18：00～19：00 HIP&LEGS yoshie ★★		17：45～18：45 BASIC 2 yukie ★★
18：15～19：15 リフレッシュヨガ yoshiko ★★	18：00～19：00 BASIC1 IKUMI ★	18：00～19：00 ベーシックヨガ 調整中 ★★	✳️担当者・時間変更	18：00～19：00 ビギナーヨガ Saya ★			18：00～19：00 リラックスヨガ emiko ★	17：50～18：50 LOWER BODY 1 井田 英恵 ★	18：15～19：15 KaQiLa～美姿勢～ UTAKO ★★	18：00～19：30 溶岩タイム	18：00～20：00 フリータイム	18：00～19：00 ストレッチングヨガ SALA ★	
✳️アロマ	19：20～20：20 ADVANCE aco ★★★★	✳️時間変更		19：30～20：30 シェイプアップヨガ yoshiko ★★★★	19：20～20：20 UPPER BODY 1 aco ★		19：30～20：30 ビギナーヨガ mimi ★	19：20～20：20 BASIC 2 井田 英恵 ★★	✳️担当者・カテ変更	19：30～20：30 FULL BODY yoshie ★★			
19：45～20：30 やさしいフローヨガ yoshiko ★		19：45～20：45 ボディメイクヨガ REIKO ★★	✳️担当者・時間変更						19：40～20：40 ストレッチングヨガ 丸山 仁志 ★	✳️担当者変更		ゆるHOT ✳️担当者変更	
											20：00～21：00 ヒーリングヨガ 調整中 ★		
21：00～22：00 肩こり・腰痛改善ヨガ 調整中 ★★	20：50～21：50 BODY MAKE aco ★★	✳️時間・カテ変更		21：00～22：00 リラックスヨガ yoshiko ★	20：50～21：50 BODY MAKE aco ★★		✳️カテゴリー変更	20：50～21：50 STRETCH 井田 英恵 ★	✳️担当者・カテ変更	20：50～21：50 BASIC 2 調整中 ★★			
		21：15～22：00 やさしいデトックスヨガ REIKO ★							21：00～21：45 フローヨガ 丸山 仁志 ★★				
22：30 閉館		22：30 閉館		22：30 閉館		22：30 閉館		22：30 閉館		22：00 閉館			

★公式LINE★
最新の代行情報
祝日プログラムは
こちらから
ご確認いただけます。
⇐ ⇐ ⇐



★公式LINE★
最新の代行情報
祝日プログラムは
こちらから
ご確認いただけます。
← ← ←