

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①  
カルド大森 4月前半スタジオスケジュール(1日~8日)

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②  
カルド大森 4月前半スタジオスケジュール(9日~16日)

	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	8:30 開館	10:00 開館	休館日	10:00 開館	10:00 開館
	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)
9:00				※週替わりIR 9:00~10:00 ストレッチングヨガ ★ Sae				
10:00								
10:30	10:30~11:30 リラックスヨガ ★ ERI	10:30~11:30 ベーシックヨガ ★ 星野 ゆり	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ ★ yuna	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ ★ Tomoko	10:30~11:15 ビューティーヨガ ★ AKIKO		10:30~11:30 ビギナーヨガ ★ YUMIKO	10:30~11:30 リラックスヨガ ★ ERI
11:00								
11:30								
12:00	12:00~13:00 ボディ コンディショニングヨガ ★ Yoshino	12:00~13:00 やさしいフローヨガ ★ eri	12:00~13:00 ヴィンヤサフロアヨガ ★ yuna	12:00~13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	11:45~12:45 骨盤 コンディショニングヨガ ★ AKIKO		12:00~13:00 ピラティス ★ YUMIKO	12:00~13:00 ボディ コンディショニングヨガ ★ Yoshino
12:30								
13:00	温活タイム 13:00~14:00	※45分に変更 13:30~14:15 シェイプアップヨガ ★ 西澤 沙織						温活タイム 13:00~14:00
13:30					13:15~14:15 ヴィンヤサフロアヨガ ★ momo			
14:00							13:30~14:30 パワーヨガ ★ MEU	
14:30	14:30~15:30 デトックスヨガ ★ chie	※開始時間変更 14:45~15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織	14:00~15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★ hana	14:00~15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木 茜				14:30~15:30 デトックスヨガ ★ chie
15:00					14:45~15:45 ストレッチングヨガ ★ momo		※内容変更 15:00~16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA	
15:30								
16:00	温活タイム 15:30~17:30	温活タイム 15:45~17:30	レモンラス×ペパーミント 16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	15:30~16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜				温活タイム 15:30~17:30
16:30				温活タイム 16:30~17:00				
17:00				16:30~17:30 やさしいパワーヨガ ★ Ryoko				
17:30			アロマ温活タイム 17:00~18:00					
18:00	※担当者・内容変更 18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ Ryoko	ラベンダー×オレンジ 18:30~19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI (75分)		17:30~18:30 陰ヨガ ★ リシン	18:00~18:45 Beat Shape ★ Ryoko		※担当者・内容変更 18:00~19:00 フローヨガ ★ HARU	※担当者・内容変更 18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ Ryoko
18:30								
19:00			18:45~19:45 デトックスヨガ ★ YUCA					
19:30	※担当者・内容変更 19:30~20:30 Sound Beat yoga ★ Ryoko			19:30 閉館	19:30 閉館		※内容変更 19:30~20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美	※担当者・内容変更 19:30~20:30 Sound Beat yoga ★ Ryoko
20:00								
20:30		20:15~21:15 ウーマンライフヨガ ★ リシン						
21:00	21:00~22:00 やさしい デトックスヨガ ★ IZUMI		20:30~21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA					
21:30								
22:00		22:00 閉館	22:00 閉館					
22:30								
23:00	23:00 閉館						23:00 閉館	23:00 閉館

休館日

	10:00 開館	10:00 開館	休館日	10:00 開館	10:00 開館
	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)
9:00			※週替わりIR 9:00~10:00 ベーシックヨガ ★ Ryoko		
10:00					
10:30	10:30~11:30 ベーシックヨガ ★ 星野 ゆり	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ ★ yuna	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ ★ Tomoko	10:30~11:15 ビューティーヨガ ★ AKIKO	※担当者・内容変更 10:30~11:30 フローヨガ ★ 由貴
11:00					10:30~11:30 ビギナーヨガ ★ YUMIKO
11:30					
12:00	12:00~13:00 やさしいフローヨガ ★ eri	12:00~13:00 ヴィンヤサフロアヨガ ★ yuna	12:00~13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	11:45~12:45 骨盤 コンディショニングヨガ ★ AKIKO	イランイラン×セラニウム 12:00~13:00 アロマ ヒーリングヨガ ★ 由貴
12:30					12:00~13:00 ピラティス ★ YUMIKO
13:00					
13:30	※45分に変更 13:30~14:15 シェイプアップヨガ ★ 西澤 沙織				アロマ温活タイム 13:00~14:00
14:00				13:15~14:15 ヴィンヤサフロアヨガ ★ momo	
14:30	※開始時間変更 14:45~15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織	14:00~15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★ hana	14:00~15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木 茜		13:30~14:30 パワーヨガ ★ MEU
15:00					14:30~15:30 デトックスヨガ ★ chie
15:30					
16:00	温活タイム 15:45~17:30	レモンラス×ペパーミント 16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	15:30~16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜		温活タイム 15:30~17:30
16:30					
17:00				16:30~17:30 やさしいパワーヨガ ★ Ryoko	
17:30					
18:00					
18:30	ラベンダー×オレンジ 18:30~19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI				ボール使用クラス 18:15~19:15 ボディメンテナンス ★ eri
19:00					
19:30					18:00~19:00 フローヨガ ★ HARU
20:00					※内容変更 19:30~20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美
20:30					19:30~20:30 Sound Beat yoga ★ Ryoko
21:00					
21:30					
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館			
22:30					
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館			23:00 閉館

休館日

	10:00 開館	10:00 開館	8:30 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	休館日
	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)
9:00			※週替わりIR 9:00~10:00 ベーシックヨガ ★ Ryoko					
10:00								
10:30	10:30~11:30 ベーシックヨガ ★ 星野 ゆり	10:30~11:30 やさしい デトックスヨガ ★ yuna	10:30~11:30 やさしいパワーヨガ ★ Tomoko	10:30~11:15 ビューティーヨガ ★ AKIKO	※担当者・内容変更 10:30~11:30 フローヨガ ★ 由貴	10:30~11:30 ビギナーヨガ ★ YUMIKO	10:30~11:30 リラックスヨガ ★ ERI	
11:00								
11:30								
12:00	12:00~13:00 やさしいフローヨガ ★ eri	12:00~13:00 ヴィンヤサフロアヨガ ★ yuna	12:00~13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	11:45~12:45 骨盤 コンディショニングヨガ ★ AKIKO	イランイラン×セラニウム 12:00~13:00 アロマ ヒーリングヨガ ★ 由貴	12:00~13:00 ピラティス ★ YUMIKO	12:00~13:00 ボディ コンディショニングヨガ ★ Yoshino	
12:30								
13:00								
13:30	※45分に変更 13:30~14:15 シェイプアップヨガ ★ 西澤 沙織				アロマ温活タイム 13:00~14:00			温活タイム 13:00~14:00
14:00				13:15~14:15 ヴィンヤサフロアヨガ ★ momo				
14:30	※開始時間変更 14:45~15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織	14:00~15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★ hana	14:00~15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木 茜		13:30~14:30 パワーヨガ ★ MEU			14:30~15:30 デトックスヨガ ★ chie
15:00					14:30~15:30 デトックスヨガ ★ chie			
15:30								
16:00	温活タイム 15:45~17:30	レモンラス×ペパーミント 16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	15:30~16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜		温活タイム 15:30~17:30			温活タイム 15:30~17:30
16:30								
17:00				16:30~17:30 やさしいパワーヨガ ★ Ryoko				
17:30								
18:00								
18:30	ラベンダー×オレンジ 18:30~19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI				ボール使用クラス 18:15~19:15 ボディメンテナンス ★ eri			※担当者・内容変更 18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ Ryoko
19:00								
19:30					18:00~19:00 フローヨガ ★ HARU			※担当者・内容変更 18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ Ryoko
20:00					※内容変更 19:30~20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美			※担当者・内容変更 19:30~20:30 Sound Beat yoga ★ Ryoko
20:30					19:30~20:30 Sound Beat yoga ★ Ryoko			
21:00								
21:30								
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館						
22:30								
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館			23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	