

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
 カルド大森 4月後半スタジオスケジュール(17日～23日)

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
 カルド大森 4月後半スタジオスケジュール(24日～30日)

	10:00 開館	8:30 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	8:30 開館	休館日	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	休館日		
	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)		
9:00		9:00～10:00 ストレッチングヨガ ★ Mari							9:00～10:00 ストレッチングヨガ ★ yuki	休館日			ゴールデンウィーク 祝日プログラム	休館日		
9:30																
10:00																
10:30	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 フローヨガ ★★ 由貴	10:30～11:30 ビギナーヨガ ★ YUMIKO	10:30～11:30 リラククスヨガ ★ 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			10:30～11:30 フローヨガ ★★ 由貴	10:30～11:30 ビギナーヨガ ★ YUMIKO		10:30～11:30 やさしいフローヨガ ★ ERI	
11:00																
11:30																
12:00	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	12:00～13:00 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			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 骨盤底筋 トレーニングヨガ ★★ Yoshino	
12:30																
13:00																
13:30			13:15～14:15 ヴィンヤサフロアヨガ ★★★ momo	アロマ温活タイム 13:00～14:00		温活タイム 13:00～14:00						アロマ温活タイム 13:00～14:00				
14:00	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		13:30～14:15 シェイプアップヨガ ★★★ 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		13:30～14:30 Sound Beat yoga ★★★ Ryoko	
14:30																
15:00			14:45～15:45 ストレッチングヨガ ★ momo													
15:30				15:00～16:00 ベーシックヨガ ★★ 優花	15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ chie	14:45～15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織								
16:00	レモンガラス×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						レモンガラス×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	休館日				休館日		
16:30		温活タイム 16:30～17:00		温活タイム 16:00～17:30	温活タイム 16:00～17:30		温活タイム 15:30～17:30		温活タイム 16:30～17:00			温活タイム 16:00～17:30				
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							アロマ温活タイム 17:00～18:00								
18:00		17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko	ボール使用クラス 18:15～19:15 ボディメンテナンス ★★ eri	※内容変更 18:00～19:00 姿勢改善ヨガ ★★ HARU	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 リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)		17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン			ボール使用クラス 18:15～19:15 ボディメンテナンス ★★ eri	※内容変更 18:00～19:00 姿勢改善ヨガ ★★ HARU		17:45～18:45 リラククスヨガ ★ yuki	
18:30																
19:00	18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA							18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA								
19:30		19:30 閉館	19:30 閉館						19:30 閉館						19:30 閉館	
20:00				19:45～20:30 ストレッチングヨガ ★ eri	19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 Sound Beat yoga ★★★ Ryoko						19:45～20:30 ストレッチングヨガ ★ eri	19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美			
20:30																
21:00	20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA															
21:30				21:00～22:00 KaQiLa ～脂肪燃焼～ ★★ 佐藤 由美子	21:00～22:00 ベーシックヨガ ★★ 佐々木 茜	21:00～22:00 やさしい デトックスヨガ ★ IZUMI						21:00～22:00 KaQiLa ～脂肪燃焼～ ★★ 佐藤 由美子	21:00～22:00 ベーシックヨガ ★★ 佐々木 茜			
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	23:00 閉館				