CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
カルド大森　5月後半スタジオスケジュール（16日～22日）

	8:30 開館	10:00 開館	休館日	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館
	5月16日（土）	5月17日（日）	5月18日（月）	5月19日（火）	5月20日（水）	5月21日（木）	5月22日（金）
9:00	9:00～10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏						
10:00							
10:30	10:30～11:30 やさしいパワーヨガ ★★ Tomoko	10:30～11:30 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	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
11:30							
12:00	12:00～13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	12:00～13:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ AKIKO		12:00～13:00 肩こり・腰痛改善ヨガ ★★ 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 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ yuna
13:00					温活タイム 13:00～14:00		
13:30		13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo		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	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		14:00～15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ hana
14:30							
15:00		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		14:45～15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織	
15:30	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木　茜				温活タイム 15:30～17:30		
16:00				温活タイム 16:00～17:30			ホーウッドXラベンダー 16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko
16:30	温活タイム 16:30～17:00	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko				温活タイム 15:45～17:30	
17:00							アロマ温活タイム 17:00～18:00
17:30	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン			※内容変更			
18:00		18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko		18:00～19:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ HARU	18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ ★ 由貴	レモングラス 18:30～19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI （75分）	18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA
18:30							
19:00				19:30～20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 フローヨガ ★★ 由貴		
19:30	19:30　閉館	19:30　閉館					20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA
20:00						20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	
20:30							
21:00				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		
21:30							
22:00						22:00　閉館	22:00　閉館
22:30							
23:00					23:00　閉館		

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森　5月後半スタジオスケジュール（23日～31日）

	8:30 開館	10:00 開館	休館日	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	8:30 開館	10:00 開館
	5月23日（土）	5月24日（日）	5月25日（月）	5月26日（火）	5月27日（水）	5月28日（木）	5月29日（金）	5月30日（土）	5月31日（日）
9:00	9:00～10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏							9:00～10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏	
10:00									
10:30	10:30～11:30 やさしいパワーヨガ ★★ Tomoko	10:30～11:30 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	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 ビューティーヨガ ★ AKIKO
11:30									
12:00	12:00～13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	12:00～13:00 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	12:00～13:00 やさしいフローヨガ ★ eri	12:00～13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ yuna	12:00～13:00 ビューティーヨガ ★ Tomoko	12:00～13:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ AKIKO
13:00					温活タイム 13:00～14:00				
13:30		13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo		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			13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo
14:00	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 ★★ hiro		14:00～15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ Ori	14:00～15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木　茜	
14:30									
15:00		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		14:45～15:45 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織			15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo
15:30	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木　茜				温活タイム 15:30～17:30			15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木　茜	
16:00				温活タイム 16:00～17:30			ホーウッドXラベンダー 16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko		
16:30	温活タイム 16:30～17:00	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko				温活タイム 15:45～17:30		温活タイム 16:30～17:00	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko
17:00							アロマ温活タイム 17:00～18:00		
17:30	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン			※内容変更				17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	
18:00		18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko		18:00～19:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ HARU	18:00～19:00 アロマ ヒーリングヨガ ★ 由貴	レモングラス 18:30～19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI （75分）	18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA		18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko
18:30									
19:00				19:30～20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 フローヨガ ★★ 由貴				
19:30	19:30　閉館	19:30　閉館					20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA	19:30　閉館	19:30　閉館
20:00						20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン			
20:30									
21:00				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				
21:30									
22:00						22:00　閉館	22:00　閉館		
22:30									
23:00				23:00　閉館	23:00　閉館				