

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
 カルド大森 6月前半スタジオスケジュール(1日~7日)

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
 カルド大森 6月前半スタジオスケジュール(8日~15日)

	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	
	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)	
9:00	休館日					9:00~10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏		
9:30								
10:00								
10:30			10:30~11:30 ピギナーヨガ ★ 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 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
11:00								
11:30								
12:00			※半月ごとに内容変更					
12:30			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 ヴィンヤサフロアヨガ ★★★ 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			温活タイム 13:00~13:30	
13:30			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 ヴィンヤサフロアヨガ ★★★ momo
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	
14:30				14:30~15:30 デトックスヨガ ★★ chie				
15:00			15:00~16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		14:45~15:45 ピギナーヨガ ★ 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	
16:00						レモングラス×ペパーミント 16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko		
16:30			温活タイム 16:00~17:30	温活タイム 15:30~17:30	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	18:00~18:45 Beat Shape ★★ Ryoko
18:00			18:00~19:00 デトックスヨガ ★★ HARU	18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ 由貴	ラベンダー×オレンジ			
18:30					18:30~19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	★代行		
19:00					18:45~19:45 デトックスヨガ ★★ しずか			
19:30			19:30~20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美	ホーウッド×ペパーミント 19:30~20:30 アロマフロアヨガ ★ 由貴		19:30 閉館	19:30 閉館	
20:00								
20:30				20:15~21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	★代行			
21:00				20:30~21:30 ピギナーヨガ ★ しずか				
21:30		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					
22:00				22:00 閉館	22:00 閉館			
22:30								
23:00		23:00 閉館	23:00 閉館					

	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	休館日	
	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)	6月15日(月)	
9:00	休館日					9:00~10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏			
9:30									
10:00									
10:30			10:30~11:30 ピギナーヨガ ★ 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 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 ★ Yoshino	★代行
11:00									
11:30									
12:00			※半月ごとに内容変更						★代行
12:30			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 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ Yoshino	
13:00				温活タイム 13:00~14:00			温活タイム 13:00~13:30		
13:30			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 ヴィンヤサフロアヨガ ★★★ momo	
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			
14:30				14:30~15:30 デトックスヨガ ★★ chie					
15:00			15:00~16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		14:45~15:45 ピギナーヨガ ★ 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		
16:00						レモングラス×ペパーミント 16:00~17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko			
16:30			温活タイム 16:00~17:30	温活タイム 15:30~17:30	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	18:00~18:45 Beat Shape ★★ Ryoko	
18:00			18:00~19:00 デトックスヨガ ★★ HARU	18:00~19:00 ビューティーヨガ ★ 由貴	ラベンダー×オレンジ				
18:30					18:30~19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	★代行			
19:00					18:45~19:45 デトックスヨガ ★★ Yoshino				
19:30			19:30~20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美	ホーウッド×ペパーミント 19:30~20:30 アロマフロアヨガ ★ 由貴		19:30 閉館	19:30 閉館		
20:00									
20:30				20:15~21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	★代行				
21:00				20:30~21:30 ピギナーヨガ ★ Yoshino					
21:30		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						
22:00				22:00 閉館	22:00 閉館				
22:30									
23:00		23:00 閉館	23:00 閉館						