

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①  
カルド大森 6月後半スタジオスケジュール(16日～22日)

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②  
カルド大森 6月後半スタジオスケジュール(23日～30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16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)	6月22日(月)
9:00					9:00～10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏		
9:30							
10:00							
10:30			★代行				
10:30～11:30	ピギナーヨガ ★ YUMIKO	リラククスヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベーシックヨガ ★★ Ryoko	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	
11:00							
11:30							
12:00	※半月ごとに内容変更						
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	12:00～13:00 アロマ 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	
12:30							
13:00							
13:00		温活タイム 13:00～14:00	※60分に変更				
13:30			13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織				
13:30～14:30	パワーヨガ ★★★ MEU			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 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo	
14:00							
14:30		14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ chie	※時間変更				
14:30			15:00～16:00 ピギナーヨガ ★ 西澤 沙織				
15:00	15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA						
15:30					15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜		
16:00				16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	※半月ごとに内容変更		
16:00	温活タイム 16:00～17:30				16:30～17:15 Beat Shape ★★ Ryoko		
16:30							
17:00							
17:30				アロマ温活タイム 17:00～18:00			
17:30					17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	※半月ごとに内容変更	
18:00	18:00～19:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ HARU	18:00～19:00 ビューティーヨガ ★ 由貴	ユウカリ×レモン				
18:30			18:30～19:45 アロマ リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	★代行			
18:30				18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ yu-ki	※半月ごとに内容変更	17:45～18:45 美ホルモンヨガ ★★ Ryoko	
19:00						ラベンダー×オレンジ	
19:30		ホーウッド×ペパーミント			19:30 閉館	19:30 閉館	
19:30	19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 アロマフロアヨガ ★★ 由貴					
20:00							
20:30			20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	★代行			
20:30				20:30～21:30 ピギナーヨガ ★ yu-ki			
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					

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	10:00 開館
	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)	6月28日(日)	6月29日(月)	6月30日(火)
9:00					9:00～10:00 ベーシックヨガ ★ 南月 佳夏			
9:30								
10:00								
10:30	★代行							
10:30～11:30	ピギナーヨガ ★ Sae	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 ビューティーヨガ ★ AKIKO		10:30～11:30 ピギナーヨガ ★ YUMIKO
11:00								
11:30								
12:00	★代行							
12:00～13:00	12:00～13:00 ピラティス ★★ Sae	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 アロマ 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
12:30								
13:00								
13:00		温活タイム 13:00～14:00	※60分に変更					
13:30			13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織					
13:30～14:30	13:30～14:30 パワーヨガ ★★★ MEU			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 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo		13:30～14:30 パワーヨガ ★★★ MEU
14:00								
14:30		14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ chie	※時間変更					
14:30			15:00～16:00 ピギナーヨガ ★ 西澤 沙織					
15:00	15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA							
15:30					15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜			15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA
16:00				16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	※半月ごとに内容変更			15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo
16:30	温活タイム 16:00～17:30				16:30～17:15 Beat Shape ★★ Ryoko	※半月ごとに内容変更		16:30～17:15 Beat Shape ★★ Ryoko
17:00								
17:30				アロマ温活タイム 17:00～18:00				
17:30					17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	※半月ごとに内容変更		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA
18:00	※半月ごとに内容変更							15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA
18:00	18:00～19:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ HARU	18:00～19:00 ビューティーヨガ ★ 由貴	ユウカリ×レモン					15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo
18:30			18:30～19:45 アロマ リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	★代行				15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜
18:30				18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ yoshino	※半月ごとに内容変更	17:45～18:45 美ホルモンヨガ ★★ Ryoko		16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko
19:00					ラベンダー×オレンジ			16:30～17:00 温活タイム 16:30～17:00
19:30	※半月ごとに内容変更				19:30 閉館	19:30 閉館		16:00～17:30 温活タイム 16:00～17:30
19:30	19:30～20:30 リラククスヨガ ★ Ryoko	19:30～20:30 アロマフロアヨガ ★★ 由貴						17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン
20:00								17:45～18:45 美ホルモンヨガ ★★ Ryoko
20:30								18:00～19:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ HARU
20:30			20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ shuly	★代行				18:30～19:45 アロマ リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)
21:00				20:30～21:30 ピギナーヨガ ★ yoshino				18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ yoshino
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						19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美
21:30								19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美
22:00	22:00 閉館	22:00 閉館						21:00～22:00 ベーシックヨガ ★★ 佐々木 茜
22:30								
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館						23:00 閉館

休館日