

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

	通常営業	通常営業	休館日	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業
	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
	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)
9:00	9:00～10:00 ストレッチングヨガ ★ AYAKO		休館日					9:00～10:00 ストレッチングヨガ ★★ Yoshino
9:30	★週替わり			★週替わり				★週替わり
10:00				10:30～11:30 フローヨガ ★★ Sawa	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 ★ Yoshino	10:30～11:30 やさしいパワーヨガ ★★ Tomoko
10:30				★週替わり			★代行	
11:00	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		★週替わり				
11:30				12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ ★ MEU	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 ★★★ sumiyo	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ ★ Tomoko
12:00	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		★週替わり	温活タイム 13:00～13:30		★代行	温活タイム 13:00～13:30
12:30		※内容・強度変更						
13:00	温活タイム 13:00～13:30			13:30～14:30 デトックスヨガ ★★★ YUCA	※利用時間変更	13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織		
13:30		13:30～14:30 デトックスヨガ ★★★ YUCA		★代行			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
14:00	14:00～15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木 茜			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	15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織		
14:30		★代行		温活タイム 16:00～17:30	※利用時間変更	温活タイム 16:00～16:30	16:00～17:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	温活タイム 16:30～17:00
15:00		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA		※利用時間変更		※利用時間変更	温活タイム(アロマ) 17:00～17:30	
15:30	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜	★代行					※利用時間変更	
16:00				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	※		
16:30	温活タイム 16:30～17:00	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ IZUMI		※半月ごとに内容変更		18:30～19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI (75分)		
17:00		★週替わり					18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA	
17:30	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン						※利用時間変更	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン
18:00		18:00～19:00 やさしいフローヨガ ★★★ IZUMI						
18:30		★週替わり						
19:00								
19:30	19:30 閉館	19:30 閉館		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 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		
21:00				21:00～22:00 リフレッシュヨガ ★★ しずか	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				★週替わり		22:00 閉館	22:00 閉館	
22:00								
22:30								
23:00				23:00 閉館	23:00 閉館			

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森 8月前半スタジオスケジュール(9日～15日)

	通常営業	休館日	休館日	通常営業	短縮営業日	短縮営業日	通常営業
	10:00 開館	休館日	休館日	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館	10:00 開館
	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
9:00							9:00～10:00 美ホルモンヨガ ★★ Ryoko
9:30							★週替わり
10:00							
10:30	10:30～11:30 ビューティーヨガ ★ AKIKO		10:30～11:45 有料イベント ※完全予約制	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
11:00							
11:30							
12:00	12:00～13:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ AKIKO			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
12:30							
13:00				温活タイム 13:00～13:30		※時間変更	温活タイム 13:00～13:30
13:30				※利用時間変更			
14:00	13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★★★ momo				13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織	13:30～14:30 疲労回復！リフレッシュ フローヨガ ★★ hiroko	14:00～15:00 やさしいフローヨガ ★ 佐々木 茜
14:30				★代行		※時間変更 レモンプラス×ホーウッド	
15:00	15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo			14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ リシン	15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織	15:00～16:00 アロマ ビューティーヨガ ★ hiroko	
15:30				温活タイム 15:30～16:00		※利用時間変更	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜
16:00				※利用時間変更	温活タイム 16:00～16:30	温活タイム(アロマ) 16:00～16:45	温活タイム 16:30～17:00
16:30	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ IZUMI						
17:00							
17:30	★週替わり			17:00～18:00 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI		※時間変更	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン
18:00	18:00～19:00 やさしいフローヨガ ★★★ IZUMI				18:00～19:00 アロマ ビューティーヨガ ★ 由貴	17:30～18:30 やさしいパワーヨガ ★★ Sumiyo	
18:30							
19:00	★週替わり						
19:30	19:30 閉館			19:30～20:30 フローヨガ ★★ 由貴	19:30 閉館	19:30 閉館	19:30 閉館
20:00							
20:30							
21:00							
21:30				21:00～22:00 やさしい デトックスヨガ ★ IZUMI			
22:00							
22:30							
23:00				23:00 閉館			