

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
カルド大森 8月後半スタジオスケジュール(16日～23日)

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	通常営業
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
8月16日(日)	8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	8月22日(土)	8月23日(日)
	休館日					9:00～10:00 ベーンシックヨガ ★★ 江角まゆ	
						★道替わり	
10:30～11:30 ビューティーヨガ ★ AKIKO		10:30～11:30 フローヨガ ★★ Sawa	10:30～11:30 リラククスヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベーンシックヨガ ★★ 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 ★ key
		★道替わり					★代行
12:00～13:00 青盤 コンディショニングヨガ ★ AKIKO		12:00～13:00 ビギナーヨガ ★ Sawa	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 ワインヤサフローヨガ ★★★ yuna	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ ★ Tomoko	12:00～13:00 青盤 コンディショニングヨガ ★ key
		★道替わり	温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30	★代行
13:30～14:30 ワインヤサフローヨガ ★★★ momo		13:30～14:30 パワーヨガ ★★★ MEU		13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織			13:30～14:30 ワインヤサフローヨガ ★★★ momo
			14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ chie		14:00～15:00 青盤 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	
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	温活タイム 15:30～16:00	15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織		15:00～16:00 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木 茜	15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo
		温活タイム 16:00～17:30		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	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko
16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko					温活タイム(アロマ) 17:00～17:30		
		※半月ごとに内容変更				17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	
18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko		18:00～19:00 青盤 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	18:30～19:45 アロマ リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ YUCA		18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko
			※カデグリー直夏			19:30 閉館	19:30 閉館
19:30 閉館		19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 ベーンシックヨガ ★★ 由貴				
				20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA		
		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				
		★道替わり		22:00 閉館	22:00 閉館		
		23:00 閉館	23:00 閉館				

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森 8月後半スタジオスケジュール(24日～31日)

	休館日 休館日	通常営業 10:00 開館	通常営業 10:00 開館	通常営業 10:00 開館	通常営業 10:00 開館	通常営業 8:30 開館	通常営業 10:00 開館	休館日 休館日
	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)	8月30日(日)	8月31日(月)
9:00	休館日					9:00～10:00 ストレッチングヨガ ★ Yoshino		
9:30						★道替わり		
10:00								
10:30		10:30～11:30 フローヨガ ★★ IZUMI	10:30～11:30 リラククスヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベーションヨガ ★★ Yoshino	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				★代行				
11:30								
12:00		12:00～13:00 ビギナーヨガ ★ IZUMI	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 青盤 コンディショニングヨガ ★★ AKIKO	
12:30			温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30		
13:00		13:30～14:30 パワーヨガ ★★★ MEU		13:30～14:30 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	
13:30			14:30～15:30 デトックスヨガ ★ chie		14:00～15:00 青盤 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		15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ YUCA	温活タイム 15:30～16:00	15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織		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 ★ momo	
14:30		温活タイム 16:00～17:30		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	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko	
15:00					温活タイム(アロマ) 17:00～17:30			
15:30			※半月ごとに内容変更			17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン	18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko	
16:00		18:00～19:00 青盤 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	18:30～19:45 アロマ リラククスヨガ ★ TSUBAKI (75分)	18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ 三谷 優子			
16:30			※カデグリー直夏					
17:00		19:30～20:30 リラククスヨガ ★ 伊東尚美	19:30～20:30 ベーションヨガ ★★ 由貴		20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン	20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 三谷 優子		
17:30		★道替わり						
18:00	21:00～22:00 リフレッシュヨガ ★★ 伊東尚美	21:00～22:00 やさしい デトックスヨガ ★ IZUMI						
18:30				22:00 閉館	22:00 閉館			
19:00								
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								
22:30								
23:00								
	23:00 閉館	23:00 閉館						