

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
カルド大森 10月後半スタジオスケジュール(16日～23日)

	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	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
	10月16日(金)	10月17日(土)	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)
9:00				休館日				
9:30		9:00～10:00 デトックスヨガ ★ Sawa						
10:00		★週替わり						
10:30	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 コアトレヨガ ★ Ryoko	10:30～11:30 リラクソヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベージュヨガ ★ 星野 ゆり	10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ ★ TOMOKO
11:00								★代行
11:30								
12:00	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 ★ コンディショニングヨガ ★ AKIKO		12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ ★ MEU	12:00～13:00 ★ 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 ★ TOMOKO
12:30		温活タイム 13:00～13:30				温活タイム 13:00～13:30		★代行
13:00								
13:30			13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★ momo		13:30～14:30 やさしいパワーヨガ ★ MEU		13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★ 西澤 沙織	
14:00	14:00～15:00 ★ 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 ★ コンディショニングヨガ ★ hana
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 ★ 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	
15:30		15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜			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
16:00	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					温活タイム(アロマ) 17:00～17:30
16:30								
17:00	温活タイム(アロマ) 17:00～17:30							
17:30		17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン			※半月ごとに内容変更			
18:00			18:00～18:45 Beat Shape ★ Ryoko		18:00～19:00 姿勢改善ヨガ ★ HARU		18:30～19:45 アロマ リラクソヨガ ★ TSUBAKI (75分)	18:45～19:45 デトックスヨガ ★ YUCA
18:30								
19:00	18:45～19:45 デトックスヨガ ★ YUCA	19:30 閉館	19:30 閉館		19:30～20:30 リラクソヨガ ★ 伊東尚美	19:00～20:00 ベージュヨガ ★ 由貴		
19:30								
20:00								
20:30	20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA					20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 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					21:00～22:00 デトックスヨガ ★ 調査中	温活タイム 21:30～22:00		
21:30					★週替わり		22:00 閉館	22:00 閉館
22:00	22:00 閉館							
22:30					23:00 閉館	23:00 閉館		
23:00								

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森 10月後半スタジオスケジュール(24日～31日)

	通常営業 8:30 開館	通常営業 10:00 開館	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
	10月24日(土)	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)
9:00			休館日					9:00～10:00 デトックスヨガ ★ Yoshino
9:30	9:00～10:00 デトックスヨガ ★ しずか							★週替わり
10:00	★週替わり							
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 コアトレヨガ ★ Ryoko	10:30～11:30 リラクソヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベージュヨガ ★ AQ	10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ ★ yuna	10:30～11:30 やさしい デトックスヨガ ★ Tomoko
11:00						★代行		
11:30								
12:00	12:00～13:00 アロマ ビューティーヨガ ★ Tomoko	12:00～13:00 ★ コンディショニングヨガ ★ AKIKO		12:00～13:00 やさしい デトックスヨガ ★ MEU	12:00～13:00 ★ 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	温活タイム 13:00～13:30				温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30
13:00								
13:30		13:30～14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★ momo		13:30～14:30 やさしいパワーヨガ ★ MEU		13:30～14:30 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						14:00～15:00 ★ 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 ★ 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		15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜
15:30	15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★ 佐々木 茜			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
16:00							温活タイム(アロマ) 17:00～17:30	
16:30	温活タイム 16:30～17:00							
17:00		16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★ Ryoko						17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン
17:30					※半月ごとに内容変更			
18:00	17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン			18:00～19:00 姿勢改善ヨガ ★ HARU		18:30～19:45 アロマ リラクソヨガ ★ TSUBAKI (75分)	18:45～19:45 美ホルモンヨガ ★ Ryoko	
18:30		18:00～18:45 Beat Shape ★ Ryoko						19:30 閉館
19:00	19:30 閉館	19:30 閉館						
19:30				19:00～20:00 ベージュヨガ ★ 由貴			★代行	
20:00					伊東尚美			
20:30				20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 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 ★ Ryoko	
21:00								★代行
21:30		21:00～22:00 デトックスヨガ ★ 調査中			温活タイム 21:30～22:00			
22:00		★週替わり				22:00 閉館	22:00 閉館	
22:30								
23:00						23:00 閉館	23:00 閉館	