CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
カルド大森　11月後半スタジオスケジュール（16日～23日）

	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	休館日
	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	休館日
	11月16日（月）	11月17日（火）	11月18日（水）	11月19日（木）	11月20日（金）	11月21日（土）	11月22日（日）	11月23日（月）
9:00						9:00～10:00 デトックスヨガ ★★ しずか		
9:30								
10:00						★週替わり		
10:30		10:30～11:30 コアトレヨガ ★★ Ryoko	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	10:30～11:30 ビューティーヨガ ★ AKIKO	
11:00								
11:30								
12:00		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 ★★★ 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			温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30		
13:30		※強度変更 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	
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		15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織			15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo	
15:30			温活タイム 15:30～16:00			15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木　茜		
16:00		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					温活タイム（アロマ） 17:00～17:30			
17:00						17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン		
17:30								
18:00		※半月ごとに内容変更 18:00～19:00 リフレッシュヨガ ★★ HARU					18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko	
18:30				18:30～19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI （75分）				
19:00			19:00～20:00 ベーシックヨガ ★★ 由貴		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				19:30 閉館	19:30 閉館	
20:00				20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン				
20:30			20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 由貴		20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ Yoshino			
21:00		21:00～22:00 デトックスヨガ ★★ 調整中						
21:30			温活タイム 21:30～22:00					
22:00				22:00 閉館	22:00 閉館			
22:30								
23:00		23:00 閉館	23:00 閉館					

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森　11月後半スタジオスケジュール（24日～30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	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
	11月24日（火）	11月25日（水）	11月26日（木）	11月27日（金）	11月28日（土）	11月29日（日）	11月30日（月）
9:00					9:00～10:00 デトックスヨガ ★★ Sawa		
9:30							
10:00					★週替わり		
10:30	10:30～11:30 コアトレヨガ ★★ Ryoko	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	10:30～11:30 ビューティーヨガ ★ AKIKO	
11:00							
11:30							
12:00	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 ★★★ 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		温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30		
13:30	※強度変更 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	
14:00				14:00～15:00 骨盤 コンディショニングヨガ ★★ momo	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		15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織			15:00～16:00 ストレッチングヨガ ★ momo	
15:30		温活タイム 15:30～16:00			15:30～16:30 姿勢改善ヨガ ★★ 佐々木　茜		
16:00	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				温活タイム（アロマ） 17:00～17:30			
17:00					17:30～18:30 陰ヨガ ★ リシン		
17:30							
18:00	※半月ごとに内容変更 18:00～19:00 リフレッシュヨガ ★★ HARU					18:00～18:45 Beat Shape ★★ Ryoko	
18:30			18:30～19:45 アロマ リラックスヨガ ★ TSUBAKI （75分）				
19:00		19:00～20:00 ベーシックヨガ ★★ 由貴		18:45～19:45 デトックスヨガ ★★ 調整中			
19:30	19:30～20:30 リラックスヨガ ★ 伊東尚美				19:30 閉館	19:30 閉館	
20:00			20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン				
20:30		20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 由貴		20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ 調整中			
21:00	21:00～22:00 デトックスヨガ ★★ 調整中						
21:30		温活タイム 21:30～22:00					
22:00			22:00 閉館	22:00 閉館			
22:30							
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館					