CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ①
カルド大森 12月後半スタジオスケジュール（16日～21日）

	12月16日（水）	12月17日（木）	12月18日（金）	12月19日（土）	12月20日（日）	12月21日（月）
	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	特別営業 10:00 開館
9:00				9:00～10:00 陰陽ヨガ ★★ しずか		
9:30						
10:00				※担当者・内容変更		※内容・強度変更
10:30	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	10:30～11:30 パワーヨガ ★★★ AI
11:00						
11:30						
12:00	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 デトックスヨガ ★★ 荒井 円華
12:30						
13:00	温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30		
13:30		13:30～14:30 シェイプアップヨガ ★★★ 西澤 沙織		※担当者・内容変更	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 ビギナーヨガ ★ TSUBAKI		14:00～15:00 やさしいフローヨガ ★ 優花
14:30	14:30～15:30 デトックスヨガ ★★ chie					
15:00		15:00～16:00 ビギナーヨガ ★ 西澤 沙織		温活タイム 15:00～13:30	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			※担当者・時間変更		
16:00		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	16:00～17:00 デトックスヨガ ★★ リシン	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko	
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		
18:00					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）				18:30～19:30 フローヨガ ★★ eri
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 ★★ YUCA			
19:30				19:30 閉館	19:30 閉館	
20:00						20:00～21:00 リラックスヨガ ★ eri
20:30	※内容変更 20:30～21:30 ヒーリングヨガ ★ 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						
21:30	温活タイム 21:30～22:00					
22:00		22:00 閉館	22:00 閉館			22:00 閉館
22:30						
23:00	23:00 閉館					

CALDO OMORI STUDIO TIMETABLE ②
カルド大森 12月後半スタジオスケジュール（22日～27日）

	12月22日（火）	12月23日（水）	12月24日（木）	12月25日（金）	12月26日（土）	12月27日（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
9:00					9:00～10:00 陰陽ヨガ ★★ しずか	
9:30						
10:00	※担当者変更				※担当者・内容変更	
10:30	10:30～11:30 コアトレヨガ ★★ Sawa	10:30～11:30 リラックスヨガ ★ ERI	10:30～11:30 ベーシックヨガ ★★ 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						
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	※強度変更	温活タイム 13:00～13:30			温活タイム 13:00～13:30	
13:30	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		※担当者・内容変更	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 ビギナーヨガ ★ TSUBAKI	
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		温活タイム 15:00～13:30	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			※担当者・時間変更	
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	16:00～17:00 デトックスヨガ ★★ リシン	16:30～17:30 やさしいパワーヨガ ★★ Ryoko
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	
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 ★ 調整中 （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 ★★ YUCA		
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		※内容変更	20:15～21:15 ウーマンライフヨガ ★★ リシン			
20:30		20:30～21:30 ヒーリングヨガ ★ 由貴		20:30～21:30 ビギナーヨガ ★ YUCA		
21:00	※担当者・内容変更 21:00～22:00 美ホルモンヨガ ★★ Ryoko					
21:30		温活タイム 21:30～22:00				
22:00	22:00 閉館		22:00 閉館	22:00 閉館		
22:30						
23:00	23:00 閉館	23:00 閉館				