

カルド吉祥寺 12月【木曜日】週替り表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
2025/12/4	木	21:00～22:00	tetsuo	骨盤コンディショニングヨガ	★★
2025/12/11	木	21:00～22:00	横山 由樹子	やさしいパワーヨガ	★★
2025/12/18	木	21:00～22:00	tetsuo	骨盤コンディショニングヨガ	★★
2025/12/25	木	21:00～22:00	SACHIKO	フローヨガ	★★