

カルド巢鴨 8月週替わり

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
8月2日	土	10:30～11:30	ビューティーヨガ	★	NOJI
		12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	
8月3日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	真実
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
8月9日	土	10:30～11:30	ビューティーヨガ	★	NOJI
		12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	
8月10日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	真実
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
8月23日	土	10:30～11:30	ビューティーヨガ	★	愛里
		12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	
8月24日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	真実
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
8月30日	土	10:30～11:30	ビューティーヨガ	★	Sawa
		12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	