

カルド巢鴨 9月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
9月17日	水	20:00～21:00	YURIE	ベーシックヨガ	★★	やまもと みづき
9月24日	水	20:00～21:00	YURIE	ベーシックヨガ	★★	やまもと みづき
9月27日	日	10:30～11:30	Asuka	ボディメイクヨガ	★★	YUCA
		12:15～13:00		やさしいデトックスヨガ	★	

カルド巢鴨 10月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
10月17日	金	14:15～15:15	愛里	やさしいフローヨガ	★★	mayo
		15:45～16:45		リフレッシュヨガ	★	