

カルド巢鴨 10月週替わり

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
10月2日	木	18:15～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	CHISAKA
10月6日	月	10:30～11:30	フローヨガ	★★	mayo
10月9日	木	18:15～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	加藤 絵美
10月16日	木	18:15～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	CHISAKA
10月20日	月	10:30～11:30	フローヨガ	★★	mayo
10月23日	木	18:15～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	芝崎 知花子
10月27日	月	10:30～11:30	フローヨガ	★★	mayo
10月30日	木	18:15～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	寿子