

カルド成増 9月代行・週替わり表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
9月2日	火	10:30～11:30	みっこ	やさしいデトックスヨガ	★	emiko
9月5日	金	12:00～13:00	みっこ	シェイプアップヨガ	★★★	瞳外美
9月5日	金	13:30～14:30	norico	やさしいデトックスヨガ⇒リラックスヨガ	★	AKIM
9月9日	火	10:30～11:30	みっこ	やさしいデトックスヨガ	★	emiko
9月12日	金	12:00～13:00	みっこ	シェイプアップヨガ	★★★	MASAKI
9月19日	金	12:00～13:00	みっこ	シェイプアップヨガ	★★★	MASAKI
9月19日	金	13:30～14:30	norico	やさしいデトックスヨガ⇒リラックスヨガ	★	AKIM