

カルド西葛西 8月土曜 週替わり表						
日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	
8/2	(土)	14:45～15:45	YUCA	ビギナーヨガ	★	
8/30	(土)	14:45～15:45	ume	ビギナーヨガ	★	

カルド西葛西 8月日曜 週替わり表						
日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	
8/3	(日)	15:00～16:00	寿子	ヒーリングヨガ	★	
8/17	(日)	15:00～16:00	まり	やさしいデトックス	★	
8/24	(日)	15:00～16:00	SATOKA	リンパフローヨガ	★★	

カルド西葛西 8月 代行表						
日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
8/2	(土)	10:30～11:30	しのぶ	ベーシックヨガ	★★	MASAKI
8/2	(土)	12:00～12:45	しのぶ	やさしいデトックスヨガ	★	MASAKI
8/2	(土)	16:30～17:30	小林	シェイプアップヨガ	★★★	momoko
8/2	(土)	18:00～19:00	小林	ビューティーヨガ	★	momoko
8/7	(木)	15:00～15:45	mayu	リラックスヨガ	★	momoko
8/7	(木)	16:30～17:30	mayu	ベーシックヨガ	★★	momoko