

カルド板橋本町 12月週替わりレッスン表

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
12月5日	金	18:30~19:30	リフレッシュヨガ ➡骨盤コンディショニングヨガ	★★	三谷 教子
12月5日	金	20:00~21:00	アロマリラックスヨガ	★	三谷 教子
12月7日	日	10:30~11:30	ヴィンヤサヨガ ➡コアトレヨガ	★★★ ➡★★	SHOKO
12月7日	日	12:15~13:15	ビューティーヨガ	★	SHOKO
12月12日	金	18:30~19:30	リフレッシュヨガ ➡骨盤コンディショニングヨガ	★★	三谷 教子
12月12日	金	20:00~21:00	アロマリラックスヨガ	★	三谷 教子
12月14日	日	10:30~11:30	ヴィンヤサヨガ	★★★	Anna
12月14日	日	12:15~13:15	ビューティーヨガ	★	Anna
12月19日	金	18:30~19:30	リフレッシュヨガ ➡骨盤コンディショニングヨガ	★★	三谷 教子
12月19日	金	20:00~21:00	アロマリラックスヨガ	★	三谷 教子
12月21日	日	10:30~11:30	ヴィンヤサヨガ	★★★	未定
12月21日	日	12:15~13:15	ビューティーヨガ	★	未定
12月28日	日	10:30~11:30	ヴィンヤサヨガ	★★★	Anna
12月28日	日	12:15~13:15	ビューティーヨガ	★	Anna