

## カルド亀戸 9月(月)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/1	月	18:15~19:00	加藤 絵美	ビギナーヨガ	★
9/8	月	18:15~19:00	YUCA	ビギナーヨガ	★
9/22	月	18:15~19:00	未定	ビギナーヨガ	★
9/29	月	18:15~19:00	未定	ビギナーヨガ	★

## 9月(木)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/4	木	19:45~20:45	YUCA	デトックスヨガ	★★
		21:15~22:00		ストレッチングヨガ <small>※アロマなし</small>	★
9/11	木	19:45~20:45	YUCA	デトックスヨガ	★★
		21:15~22:00		ストレッチングヨガ <small>※アロマなし</small>	★
9/18	木	19:45~20:45	未定	肩こり・腰痛改善ヨガ	★★
		21:15~22:00	未定	アロマストレッチングヨガ	★

## 9月(金)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/12	金	19:00~20:00	CHIE	アロマリラクセスヨガ	★
		20:30~21:30		フローヨガ	★★
9/19	金	19:00~20:00		アロマリラクセスヨガ	★
		20:30~21:30		フローヨガ	★★
9/26	金	19:00~20:00		アロマリラクセスヨガ	★
		20:30~21:30		フローヨガ	★★

## 9月(日)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/7	日	9:00~10:00	Yopiko	ベーシックヨガ	★★
		10:30~11:30	michiyo	アロマビューティーヨガ	★
9/14	日	9:00~10:00	michiyo	ベーシックヨガ	★★
		10:30~11:30	michiyo	アロマビューティーヨガ	★
9/21	日	9:00~10:00	未定	ベーシックヨガ	★★
		10:30~11:30	未定	アロマビューティーヨガ	★
9/28	日	9:00~10:00	michiyo	ベーシックヨガ	★★
		10:30~11:30	michiyo	アロマビューティーヨガ	★