

カルド亀有 11月週替わり表

曜日	日付	時間	担当者	レッスン	強度		
火	4	18:15~19:15	里美	ビギナーヨガ	★		
	11						
	18						
土	1	12:00~13:00	ヤマダ チアキ	リフレッシュヨガ	★★		
	8		SATOMI				
	22		里美				
	29		SATOMI				
日	2	12:00~13:00	UTAKO	KaQiLa	★		
	9		ヤマダ チアキ	ビギナーヨガ			
	16		UTAKO	KaQiLa			
	23		CHIAKI	デトックスヨガ	★★		
日	2	14:00~15:00	CHIAKI				
	9						
	16		yu-ki				
	23						

火	奇数日	16:00~17:00	かおる	ボディメイクヨガ	★★
	偶数日			ピラティス	
金	奇数日	14:30~15:30	kirana	ピラティス	★★
	偶数日			パワーヨガ	