

カルド清瀬 8月週替わり表

日付	曜日	時間	レッスン	強度	代行者
8/1	金	18 : 15	ストレッチングヨガ	★	Hiroko
8/1	金	19 : 45	リフレッシュヨガ	★★	akari
8/4	月	21 : 00	やさしいデトックスヨガ	★	寿子
8/7	木	21 : 00	デトックスヨガ	★★	くるみ
8/8	金	18 : 15	ストレッチングヨガ	★	Hiroko
8/8	金	19 : 45	ピラティス	★★	美鈴
8/18	月	21 : 00	やさしいデトックスヨガ	★	Junko
8/21	木	21 : 00	フローヨガ	★★	yoshie
8/22	金	18 : 15	調整中	★	調整中
8/22	金	19 : 45	ベーシックヨガ	★★	さおり
8/28	木	21 : 00	デトックスヨガ	★★	くるみ
8/29	金	18 : 15	ストレッチングヨガ	★	Hiroko
8/29	金	19 : 45	ピラティス	★★	美鈴