

カルド清瀬 11月週替わり表					
日付	曜日	時間	レッスン	強度	代行者
11/1	土	14 : 00	ビューティーヨガ	★	Hiroko
11/1	土	15 : 30	ボディメイクヨガ	★★	Hiroko
11/6	木	18 : 00	肩こり腰痛改善ヨガ	★★	rakeru
11/6	木	19 : 30	アロマリラックスヨガ	★	rakeru
11/8	土	14 : 00	ビューティーヨガ	★	Hiroko
11/8	土	15 : 30	ボディメイクヨガ	★★	Hiroko
11/13	木	18 : 00	ボディコンディショニングヨガ	★★	くるみ
11/13	木	19 : 30	アロマリラックスヨガ	★	くるみ
11/20	木	18 : 00	姿勢改善ヨガ	★★	Hiroko
11/20	木	19 : 30	アロマリラックスヨガ	★	Hiroko
11/22	土	14 : 00	ビューティーヨガ	★	Hiroko
11/22	土	15 : 30	ボディメイクヨガ	★★	Hiroko
11/27	木	18 : 00	ボディコンディショニングヨガ	★★	くるみ
11/27	木	19 : 30	アロマリラックスヨガ	★	くるみ
11/29	土	14 : 00	ビューティーヨガ	★	Hiroko
11/29	土	15 : 30	ボディメイクヨガ	★★	Hiroko