

ホットヨガ 12月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2025/12/06	土	13:00~14:00	ルナ	ベーシックヨガ	★★	Rina
2025/12/07	日	12:00~13:00	Nori	パワーヨガ	★★★	Ryo
2025/12/07	日	13:30~14:30	Nori	ビギナーヨガ	★	Ryo
2025/12/12	金	10:30~11:30	Saeko	やさしいフローヨガ	★	Rina
2025/12/13	土	13:00~14:00	ルナ	ベーシックヨガ	★★	安田葉子
2025/12/16	火	15:00~16:00	misato	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	Nori
2025/12/17	水	21:00~22:00	misato	やさしいデトックスヨガ	★	松田真由美