

カルド湊川 12月週替わりレッスン【月曜日】					
日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
12/1	月	21:00～21:45	ベーシックヨガ	★★	Maya
12/8	月	21:00～21:45	コアトレヨガ	★★	マユリ
12/15	月	21:00～21:45	ベーシックヨガ	★★	Eri
12/22	月	21:00～21:45	コアトレヨガ	★★	マユリ
12/29	月	21:00～21:45	ベーシックヨガ	★★	Hiro
カルド湊川 12月週替わりレッスン【土曜日】					
日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
12/6	土	12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	亜沙乃
12/6	土	15:00～16:00	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	CHIE
12/13	土	12:00～13:00	フローヨガ	★★	ゆな
12/13	土	15:00～16:00	コアトレヨガ	★★	CHIE
12/20	土	12:00～13:00	リフレッシュヨガ	★★	亜沙乃
12/20	土	15:00～16:00	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	CHIE
12/27	土	12:00～13:00	ボディメイクヨガ	★★	ゆな
12/27	土	15:00～16:00	コアトレヨガ	★★	CHIE