

## カルドつつじヶ丘 12月 週替わりレッスン表

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
1日	月	18:30～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	Akari☆
		19:45～20:30	ボディメイクヨガ	★★	
8日	月	18:30～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	AI
		19:45～20:30	ボディメイクヨガ	★★	
15日	月	18:30～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	Akari☆
		19:45～20:30	ボディメイクヨガ	★★	
22日	月	18:30～19:15	やさしいデトックスヨガ	★	AI
		19:45～20:30	ボディメイクヨガ	★★	