

カルド上野 3月週替わりレッスンのお知らせ

更新日

2026/02/23

調整中の箇所は決まり次第更新させていただきます

日付	代行者
【月曜日】	
3/2 18:15~19:15	【パワーヨガ★★★】ume
3/9 18:15~19:15	【シェイプアップヨガ★★★】佐藤 亮子
3/23 18:15~19:15	【シェイプアップヨガ★★★】佐藤 亮子
3/30 18:15~19:15	【パワーヨガ★★★】MIZUKI
【火曜日】	
3/3 10:30~11:30	【リフレッシュヨガ★★】MIZUKI
3/10 10:30~11:30	【リフレッシュヨガ★★】MIZUKI
3/17 10:30~11:30	【リフレッシュヨガ★★】MIZUKI
3/24 10:30~11:30	【リフレッシュヨガ★★】MIZUKI
【水曜日】	
3/4 21:15~22:00	【アロマビューティーヨガ★】HARUKA
3/11 21:15~22:00	【アロラストretchingヨガ★】Ryu
3/18 21:15~22:00	【アロラストretchingヨガ★】Ryu
3/25 21:15~22:00	【アロマビューティーヨガ★】HARUKA