

カルド巢鴨 2月週替わり

日付	曜日	時間	レッスン	強度	代行者
2月1日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	MIZUKI
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
2月2日	月	21:00～22:00	デトックスヨガ	★★	Ryoko
2月6日	金	18:30～19:30	ベーシックヨガ	★★	MIKI
		20:00～21:00	リラックスヨガ	★	
2月8日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	MIZUKI
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
2月9日	月	21:00～22:00	デトックスヨガ	★★	KUDO AYUMI
2月13日	金	18:30～19:30	ベーシックヨガ	★★	三谷 教子
		20:00～21:00	リラックスヨガ	★	
2月16日	月	21:00～22:00	デトックスヨガ	★★	shuly
2月20日	金	18:30～19:30	ベーシックヨガ	★★	三谷 教子
		20:00～21:00	リラックスヨガ	★	
2月22日	日	16:45～17:45	コアトレヨガ	★★	HARUKA
		18:15～19:00	ストレッチングヨガ	★	
2月27日	金	18:30～19:30	ベーシックヨガ	★★	三谷 教子
		20:00～21:00	リラックスヨガ	★	