

カルド巢鴨 5月代行・週替わり表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
5/24	日	17:00～18:00		コアトレヨガ⇒美脚ヨガ	★★	寿子

カルド巢鴨 6月代行・週替わり表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
6/1	月	14:00～14:45		ストレッチングヨガ	★	yuki
		15:30～16:00		ピラティス	★★	
6/4	木	18:15～19:15		やさしいデトックスヨガ	★	YUCA
6/7	日	17:00～18:00		コアトレヨガ	★★	yoshie
6/8	月	14:00～14:45		ストレッチングヨガ	★	yu-ki
		15:30～16:00		ピラティス	★★	
6/11	木	18:15～19:15		やさしいデトックスヨガ	★	YUCA
6/14	日	17:00～18:00		コアトレヨガ	★★	調整中
6/18	木	18:15～19:15		やさしいデトックスヨガ	★	調整中
6/21	日	17:00～18:00		コアトレヨガ	★★	調整中
6/22	月	14:00～14:45		ストレッチングヨガ	★	調整中
		15:30～16:00		ピラティス	★★	
6/28	日	17:00～18:00		コアトレヨガ	★★	調整中
6/29	月	14:00～14:45		ストレッチングヨガ	★	恵梨華
		15:30～16:00		ピラティス	★★	