カルド巣鴨　11月代行

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
11/1	日	10:30～11:30	Asuka	ボディメイクヨガ	★★	yoshie
		12:15～13:00		やさしいデトックスヨガ	★	
11/1	日	16:30～17:30		ベーシックヨガ	★★	加藤　絵美
		17:45～18:30		ストレッチングヨガ	★	
11/17	火	18:30～19:15		アロマストレッチングヨガ	★	しずか
		19:45～20:45		フローヨガ	★★	

カルド巣鴨　11月週替わり

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
11/1	日	13:30～14:30		フローヨガ	★★	辻　陽子
		15:00～15:45		アロマリラックスヨガ	★	
11/7	土	15:30～16:30		ベーシックヨガ	★★	YUCA
11/8	日	13:30～14:30		フローヨガ	★★	yu-ki
		15:00～15:45		アロマリラックスヨガ	★	
11/14	土	15:30～16:30		ベーシックヨガ	★★	GON
11/21	土	15:30～16:30		ベーシックヨガ	★★	Ree
11/22	日	13:30～14:30		フローヨガ	★★	minemo
		15:00～15:45		アロマリラックスヨガ	★	
11/28	土	15:30～16:30		ベーシックヨガ	★★	YUCA
11/29	日	13:30～14:30		フローヨガ	★★	minemo
		15:00～15:45		アロマリラックスヨガ	★	