# カルド巣鴨　12月週替わり

| 日付 | 曜日 | 時間 | 担当者 | レッスン | 強度 | 代行者 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 12/6 | 日 | 13:30～14:30 | | フローヨガ | ★★ | 調整中 |
| | | 15:00～15:45 | | アロマリラックスヨガ | ★ | |
| 12/12 | 土 | 15:30～16:30 | | ベーシックヨガ | ★★ | 調整中 |
| 12/13 | 日 | 13:30～14:30 | | フローヨガ | ★★ | 調整中 |
| | | 15:00～15:45 | | アロマリラックスヨガ | ★ | |