

カルド板橋本町 12月週替わりレッスン表

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
12月12日	金	18：30～19：30	リフレッシュヨガ →骨盤コンディショニングヨガ	★★	三谷 教子
12月12日	金	20：00～21：00	アロマリラックスヨガ	★	三谷 教子
12月14日	日	10：30～11：30	ヴィンヤサヨガ	★★★	Anna
12月14日	日	12：15～13：15	ビューティーヨガ	★	Anna
12月19日	金	18：30～19：30	リフレッシュヨガ →骨盤コンディショニングヨガ	★★	三谷 教子
12月19日	金	20：00～21：00	アロマリラックスヨガ	★	三谷 教子
12月21日	日	10：30～11：30	ヴィンヤサヨガ	★★★	yoshie
12月21日	日	12：15～13：15	ビューティーヨガ →ストレッチングヨガ	★	富吉春花
12月28日	日	10：30～11：30	ヴィンヤサヨガ	★★★	Anna
12月28日	日	12：15～13：15	ビューティーヨガ	★	Anna