

カルド板橋本町 2月週替わり表

| 日付 | 曜日 | 時間 | レッスン | 強度 | 担当者 |
|-------|----|-------------|-----------------------|------------|-------|
| 2月1日 | 日 | 10：30～11：30 | ヴィンヤサフローヨガ→ コアトレヨガ | ★★★ →★★ | SHOKO |
| 2月1日 | 日 | 12：15～13：15 | ビューティーヨガ | ★ | SHOKO |
| 2月8日 | 日 | 10：30～11：30 | ヴィンヤサフローヨガ→ コアトレヨガ | ★★★ →★★ | SHOKO |
| 2月8日 | 日 | 12：15～13：15 | ビューティーヨガ | ★ | SHOKO |
| 2月13日 | 金 | 18：30～19：30 | アロマリラックスヨガ | ★ | SHOKO |
| 2月13日 | 金 | 20：00～21：00 | フローヨガ→ ハタフローヨガ | ★★ | SHOKO |
| 2月15日 | 日 | 10：30～11：30 | ヴィンヤサフローヨガ | ★★★ | あすか |
| 2月15日 | 日 | 12：15～13：15 | ビューティーヨガ | ★ | あすか |
| 2月20日 | 金 | 18：30～19：30 | アロマリラックスヨガ | ★ | Ryoko |
| 2月20日 | 金 | 20：00～21：00 | フローヨガ | ★★ | Ryoko |
| 2月22日 | 日 | 10：30～11：30 | ヴィンヤサフローヨガ→ コアトレヨガ | ★★★ →★★ | SHOKO |
| 2月22日 | 日 | 12：15～13：15 | ビューティーヨガ | ★ | SHOKO |
| 2月27日 | 金 | 18：30～19：30 | アロマリラックスヨガ | ★ | SHOKO |
| 2月27日 | 金 | 20：00～21：00 | フローヨガ→ ハタフローヨガ | ★★ | SHOKO |