カルド板橋本町11月代行・週替わり

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
11/1	日	10：30～11：30	パワーヨガ	★★★	瞳外美
		12：15～13：15	ビギナーヨガ	★	
11/1	日	14:00～15:00	アロマベーシックヨガ	★★	冨吉春花➡江角まゆ
11/1	日	15：30～16：30	リラックスヨガ	★	寿子
		17：00～18：00	デトックスヨガ	★★	
11/8	日	10：30～11：30	パワーヨガ	★★★	辻　陽子
		12：15～13：15	ビューティヨガ	★	
11/8	日	15：30～16：30	リラックスヨガ	★	真実
		17：00～18：00	デトックスヨガ	★★	
11/10	火	10：30～11：30	やさしいデトックスヨガ	★	mimi➡miwa
		12：15～13：00	フローヨガ	★★	
11/15	日	10：30～11：30	ヴィンヤサフローヨガ	★★★	根岸綾
		12：15～13：15	ビューティヨガ	★	
11/17	火	14：30～15：15	アロマリラックスヨガ	★	ありさ➡真実
		16：00～17：00	姿勢改善ヨガ	★★	
11/22	日	10：30～11：30	パワーヨガ	★★★	あすか
		12：15～13：15	ビューティヨガ	★	MEGUMI
11/25	水	19：45～20：30	ヒーリングヨガorリラックス	★	あすか➡HARUKA
		21：00～22：00	アロマリフレッシュヨガ	★★	
11/29	日	10：30～11：30	パワーヨガ	★★★	辻　陽子
		12：15～13：15	ビューティヨガ	★	