

**カルド南大沢 2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
1日	日	9：30～10：30	リフレッシュヨガ	★★	美華
		11：00～12：00	ビギナーヨガ	★	聰美
2日	月	10：30～11：30	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	sawa
		12：00～13：00	ビギナーヨガ	★	聰美
8日	日	9：30～10：30	リフレッシュヨガ	★★	Fujio
		11：00～12：00	ビギナーヨガ	★	
9日	月	10：30～11：30	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	Harumi
		12：00～13：00	ビギナーヨガ	★	聰美
16日	月	10：30～11：30	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	sawa
		12：00～13：00	ビギナーヨガ	★	聰美
22日	日	9：30～10：30	リフレッシュヨガ	★★	Fujio
		11：00～12：00	ビギナーヨガ	★	