

カルド溝の口 8月週替わり表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
2026/8/1	土	18:00～19:00	はるな	フローヨガ	2
2026/8/4	火	17:00～17:45	はるな	睡眠の質を高めるヨガ	1
2026/8/7	金	9:00～9:45	舞浜	ビギナーヨガ	1
2026/8/8	土	18:00～19:00	はるな	ベーシックヨガ	2
2026/8/18	火	17:00～17:45	舞浜	ビギナーヨガ	1
2026/8/21	金	9:00～9:45	舞浜	ビギナーヨガ	1
2026/8/22	土	18:00～19:00	はるな	フローヨガ	2
2026/8/28	金	9:00～9:45	舞浜	ビギナーヨガ	1
2026/8/29	土	18:00～19:00	舞浜	ベーシックヨガ	2