

カルド都筑横浜 7月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
7/14	火	16:00～17:00	shoko	ビギナーヨガ	★	かなえ
7/15	水	14:30～15:30	調整中	ボディメイクヨガ	★★	江角まゆ
7/17	金	10:30～11:30	SAE	姿勢改善ヨガ	★★	AKI
7/25	土	16:00～17:00	M.masami	コンディショニングピラティス	★★	Sawa
7/25	土	17:30～18:30	M.masami	ビギナーピラティス	★	Sawa
7/29	水	19:00～19:45	EIKA	肩こり腰痛改善ヨガ→デトックスヨガ	★★	YUKI
7/29	水	20:15～21:15	EIKA	やさしいフローヨガ	★	YUKI