

## カルド志木 2月週替わり表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
2/8	日	12:15~13:15	YOKO	冷え・むくみ改善ヨガ	★★
2/10	火	21:00~22:00	新村 ともこ	ベーシックヨガ	★★
2/14	土	17:30~18:30	さおり	リフレッシュヨガ	★★
2/15	日	12:15~13:15	YOKO	デトックスヨガ	★★
2/17	火	21:00~22:00	MIYUKI	陰ヨガ	★
2/21	土	17:30~18:30	さおり	リフレッシュヨガ	★★
2/22	日	12:15~13:15	MIYUKI	リフレッシュヨガ	★★
2/24	火	21:00~22:00	新村 ともこ	ベーシックヨガ	★★
2/28	土	17:30~18:30	saki	ビギナーピラティス	★