

カルド湊川 3月週替わりレッスン【火曜日】

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
3/3	火	10:30～11:30	ボディメイクヨガ	★★	ゆな
3/3	火	21:00～21:45	リラックスヨガ【ゆるホット】	★	CHIE
3/10	火	10:30～11:30	デトックスヨガ	★★	Aya
3/10	火	21:00～21:45	ストレッチングヨガ	★	市村 仁美
3/17	火	10:30～11:30	ベーシックヨガ	★★	Yuka
3/17	火	21:00～21:45	リラックスヨガ【ゆるホット】	★	CHIE
3/24	火	10:30～11:30	デトックスヨガ	★★	Aya
3/24	火	21:00～21:45	ビギナーヨガ	★	市村 仁美
3/31	火	10:30～11:30	フローヨガ【ゆるホット】	★★	toyoko
3/31	火	21:00～21:45	リラックスヨガ【ゆるホット】	★	CHIE