

**カルド上野 11、12月代行表**

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
緊急代行 11/18	火曜日	15:00	真央	パワーヨガ	★★★	Anna
11/27	木曜日	18:00	asami	リラックスヨガ	★	しづか
12/3	水曜日	18:15	別府 ゆうこ	ビギナーヨガ	★	hiroko
12/9	火曜日	15:00	真央	パワーヨガ	★★★	Anna
12/15	月曜日	18:15	あさ美	シェイプアップヨガ	★★★	調整中
12/18	木曜日	18:00	asami	リラックスヨガ	★	調整中
12/19	金曜日	15:00	真央	ボディメイクヨガ	★★	美弥