

## カルド茗荷谷店 11月代行表 (更新日: 11/1)

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2025/11/10	月	21:00~22:00	美波	リラックスヨガ（月1アロマ）	★	三谷 教子
2025/11/17	月	21:00~22:00	美波	リラックスヨガ	★	KUDO AYUMI
2025/11/28	金	18:15~19:15	ミヤコ	リラックスヨガ	★	Ryoko
		19:45~20:30	ミヤコ	骨盤コンディショニングヨガ	★★	Ryoko