

## 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