

| カルド東高円寺      8月代行表 |     |             |      |            |    |       |
|--------------------|-----|-------------|------|------------|----|-------|
| 日付                 | 曜日  | 時間          | 担当者  | レッスン       | 強度 | 代行者   |
| 2025/8/2           | (土) | 13：30～14：30 | 週替り  | ベーシックヨガ    | ★★ | 栞     |
| 2025/8/4           | (月) | 13：00～14：00 | ume  | アロマリラックスヨガ | ★  | 珠代    |
|                    |     | 15：00～16：00 | ume  | デトックスヨガ    | ★★ | 珠代    |
| 2025/8/6           | (水) | 10：30～11：30 | 有希   | フローヨガ      | ★★ | Eimi  |
| 2025/8/7           | (木) | 16：30～17：30 | 週替り  | アロマヒーリングヨガ | ★  | めぐみ   |
|                    |     |             | 週替り  | 冷え・むくみ改善ヨガ | ★★ | めぐみ   |
| 2025/8/16          | (土) | 13：30～14：30 | 週替り  | ベーシックヨガ    | ★  | 栞     |
| 2025/8/20          | (水) | 10：30～11：30 | 有希   | フローヨガ      | ★★ | Naomi |
| 2025/8/21          | (木) | 13：30～14：30 | 加藤絵美 | ビューティーヨガ   | ★  | 冬子    |
|                    |     | 15：00～16：00 | 加藤絵美 | フローヨガ      | ★★ | 冬子    |
|                    |     | 16：30～17：30 | 週替り  | アロマヒーリングヨガ | ★  | めぐみ   |
|                    |     | 18：00～19：00 | 週替り  | 冷え・むくみ改善ヨガ | ★★ | めぐみ   |
| 2025/8/23          | (土) | 13：30～14：30 | 週替り  | ベーシックヨガ    | ★★ | しま    |
| 2025/8/27          | (水) | 10：30～11：30 | 有希   | フローヨガ      | ★★ | 枝里    |
| 2025/8/28          | (木) | 16：30～17：30 | 週替り  | アロマヒーリングヨガ | ★  | めぐみ   |
|                    |     | 18：00～19：00 | 週替り  | 冷え・むくみ改善ヨガ | ★★ | めぐみ   |
| 2025/8/30          | (土) | 13：30～14：30 | 週替り  | ベーシックヨガ    | ★★ | 栞     |
|                    |     |             |      |            |    |       |
|                    |     |             |      |            |    |       |
|                    |     |             |      |            |    |       |
|                    |     |             |      |            |    |       |
|                    |     |             |      |            |    |       |