

カルド錦糸町 11月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2025/11/8	土	16:30～17:30	mimi	フローヨガ	★★	MIWA
		18:00～19:00		ビギナーヨガ	★	
2025/11/15	土	9:00～10:00	kirana	ビューティーヨガ	★	MIKI
		10:30～11:30		ピラティス⇒リフレッシュヨガ	★★	
2025/11/22	土	13:30～14:30	Fumiyo	シェイプアップヨガ	★★★	Saku
		15:00～16:00		ストレッチングヨガ	★	
2025/11/25	火	12:00～13:00	koto	コアトレヨガ	★★	小林
2025/11/28	金	18:00～19:00	中野紗歌	ベーシックヨガ	★★	さおり