

## カルド蒲生四丁目 11月 代行表

| 日付         | 曜日 | 時間              | 担当者    | レッスン       | 強度 | 代行者    |
|------------|----|-----------------|--------|------------|----|--------|
| 2025/11/21 | 金  | 14 : 00～15 : 00 | もも     | ビギナーヨガ     | ★  | 彩花     |
| 2025/11/23 | 土  | 17 : 30～18 : 30 | Samico | 免疫力UPヨガ    | ★  | Satoko |
| 2025/11/30 | 日  | 13 : 30～14 : 30 | honami | ベーシックヨガ    | ★★ | 瑠川 麻智枝 |
| 2025/11/30 | 日  | 16 : 00～17 : 00 | honami | アロマリラックスヨガ | ★  | みさと    |