## カルド新潟万代 代行表

日付	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2025/10/11	9:30	Miyuki	シェイプアップヨガ⇒ベーシックヨガ	<b>★★★</b> <b>⇒★★</b>	haru
2025/10/11	11:15	Miyuki	やさしいデトックスヨガ	*	haru
2025/10/18	16:00	miyu	ボディコンディショニング⇒ベーシックヨガ	**	Kumico
2025/10/21	9:30	miyu	ストレッチ⇒ストレッチングヨガ	*	Kumico