

カルド大橋 11月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者	
2025/11/14	金	11 : 30~12 : 30	MIKI	ボディメイクヨガ	★★	KAYOKO	
2025/11/15	土	11 : 30~12 : 30	HIROKO	ヒーリングヨガ	★	asami	追加
2025/11/15	土	13 : 00~14 : 00	HIROKO	ボディコンディショニングヨガ	★★	Tae	追加
2025/11/17	月	11 : 30~12 : 30	Tae	パワーヨガ	★★★	HIROKO	追加
2025/11/17	月	18 : 30~19 : 30	MIKI	リラックスヨガ	★	坂口 美奈	
2025/11/17	月	19 : 50~20 : 35	MIKI	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	坂口 美奈	
2025/11/18	火	18 : 15~19 : 15	Tae	シェイプアップヨガ	★★★	HIROKO	追加
2025/11/18	火	19 : 45~20 : 30	Tae	やさしいフローヨガ	★	HIROKO	追加
2025/11/20	木	10 : 45~11 : 45	TOMOKO	リフレッシュヨガ	★★	AKINO	