

| カルド那覇新都心店 9月代行表  |   |                 |        |                      |    |        |
|------------------|---|-----------------|--------|----------------------|----|--------|
| 7                | 日 | 16 : 30～17 : 30 | MISAKI | リラックスヨガ              | ★  | Mika   |
| 7                | 日 | 18 : 15～19 : 00 | MISAKI | ボディコンディショニングヨガ       | ★★ | Mika   |
| 9                | 火 | 13 : 30～14 : 30 | SAYUKA | ピラティス⇒ボディコンディショニングヨガ | ★★ | natsu  |
| 9                | 火 | 15 : 15～16 : 00 | SAYUKA | ストレッチ⇒ストレッチングヨガ      | ★  | natsu  |
| 10               | 水 | 16 : 45～17 : 45 | きの     | ビギナーヨガ               | ★  | Naoko  |
| 10               | 水 | 19 : 00～20 : 00 | MISAKI | やさしいパワーヨガ            | ★★ | 田中エミ   |
| 10               | 水 | 20 : 45～21 : 45 | MISAKI | リラックスヨガ              | ★  | 田中エミ   |
| 12               | 金 | 17 : 00～18 : 00 | natsu  | やさしいフローヨガ            | ★  | Mika   |
| 17               | 水 | 16 : 45～17 : 45 | きの     | ビギナーヨガ               | ★  | yasuyo |
| 24               | 水 | 16 : 45～17 : 45 | きの     | ビギナーヨガ               | ★  | yasuyo |
| 27               | 土 | 12 : 15～13 : 15 | かな     | ベーシックヨガ              | ★★ | natsu  |
| カルド那覇新都心店 10月代行表 |   |                 |        |                      |    |        |
| 10               | 金 | 10 : 00～11 : 00 | Ami    | ビューティーヨガ             | ★  | 調整中    |
| 10               | 金 | 11 : 45～12 : 45 | Ami    | やさしいパワーヨガ            | ★★ | 調整中    |