

カルド茗荷谷店 3月代行表 (更新日3/10)

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2026/3/7	土	15:00~16:00	Makiko	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	KUDO AYUMI
2026/3/15	日	13:30~14:30	ミヤコ	ビューティーヨガ	★	yu-ki
2026/3/28	土	13:30~14:30	AYUMI	シェイプアップヨガ	★★★	Mari