

## カルド東高円寺 12月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2025/12/1	(月)	20 : 00~21 : 00	週替り	やさしいデトックスヨガ	★	YURIE
2025/12/4	(木)	16 : 30~17 : 30	めぐみ	アロマヒーリングヨガ	★	YURIKO
		18 : 00~19 : 00	めぐみ	冷え・むくみ改善ヨガ	★★	RIKA
2025/12/8	(月)	20 : 00~21 : 00	週替り	やさしいデトックスヨガ	★	YURIE
2025/12/22	(月)	20 : 00~21 : 00	週替り	やさしいデトックスヨガ	★	ume