

カルド錦糸町 9月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2026/9/15	火	13 : 30～14 : 30	kanae	姿勢改善ピラティス	★★	yayoi
2026/9/19	土	13 : 30～14 : 30	Fumiyo	シェイプアップヨガ	★★★	CHIAKI
2026/9/19	土	15 : 00～16 : 00	Fumiyo	ストレッチングヨガ	★	CHIAKI

カルド錦糸町 週替わり

日付	曜日	時間	レッスン	強度	代行者
2026/9/2	水	21 : 00～22 : 00	姿勢改善ヨガ	★★	レイ
2026/9/9			姿勢改善ヨガ	★★	レイ
2026/9/16			KaQiLa 脂肪燃焼	★★	UTAKO
2026/9/30			KaQiLa 脂肪燃焼	★★	UTAKO
2026/9/6	日	9 : 00～10 : 00	リフレッシュヨガ	★★	key
2026/9/13			リフレッシュヨガ	★★	key
2026/9/20			リフレッシュヨガ	★★	しずか
2026/9/27			肩こり・腰痛改善ヨガ	★★	kanae