

## カルド船堀 12月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
NEW 緊急代行 2025/12/14	日	13:15~14:15	Fumiyo	リフレッシュヨガ	★★	SETSUKO
2025/12/16	火	18:15~19:00	MIWA	リラックスヨガ	★	Michiru
2025/12/20	土	11:30~12:30	Michiru	肩甲骨ヨガ ※カテゴリー変更	★★	MIKIKO
2025/12/27	土	10:00~11:00	Michiru	アロマストレッチングヨガ	★	KAZUKO
2025/12/27	土	11:30~12:30	Michiru	ボディコンディショニングヨガ	★★	KAZUKO
2025/12/27	土	18:00~19:00	MIWA	ビューティーヨガ	★	MASAKI

## カルド船堀 12月週替わりレッスン表

日付	曜日	時間	レッスン	強度	担当者
2025/12/6	土	8:30~9:30	フローヨガ	★★	Natsumi
2025/12/13	土	8:30~9:30	フローヨガ	★★	Teiko
2025/12/20	土	8:30~9:30	フローヨガ	★★	Natsumi
2025/12/27	土	8:30~9:30	フローヨガ	★★	Natsumi