

2026/04/08 更新

## カルド亀戸 4月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
4/7	火	13:30~14:30	hana	シェイプアップヨガ	★★★	Kayo
		15:00~16:00		ボディコンディショニングヨガ	★★	
4/8	水	14:30~15:30	CHIE	デトックスヨガ	★★	Yuki
		16:15~17:15		ストレッチングヨガ	★	
4/9	木	18:15~19:15	CHIE	ビギナーヨガ	★	Kanae
4/12	日	13:30~14:15	CHIE	パワーヨガ	★★★	michiyo
		15:00~16:00		ストレッチングヨガ	★	michiyo
4/14	火	18:15~19:15	らん	リフレッシュヨガ	★★	しずか
		19:45~20:30		リラックスヨガ	★	
4/16	木	18:15~19:15	CHIE	ビギナーヨガ	★	未定
4/19	日	13:30~14:15	CHIE	パワーヨガ	★★★	michiyo
		15:00~16:00		ストレッチングヨガ	★	michiyo
4/20	月	18:00~19:00	Momoka	やさしいデトックスヨガ	★	未定