

## カルド久米川 代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2026/3/5	木	19:00	りょう	シェイプアップヨガ➡パワーヨガ	★★★	MIKI
2026/3/5	木	20:30	りょう	やさしいデトックスヨガ	★	MIKI
2026/3/12	木	19:00	りょう	シェイプアップヨガ➡パワーヨガ	★★★	くるみ
2026/3/12	木	20:30	りょう	やさしいデトックスヨガ	★	くるみ
2026/3/19	木	19:00	りょう	パワーヨガ ※周年特別プログラム	★★★	くるみ
2026/3/19	木	20:30	りょう	お顔スッキリ！むくみ撃退ビューティヨガ★ ※周年特別プログラム	★	くるみ
2026/3/21	土	10:30	MIYU	変化を感じるストレッチングヨガ ※周年特別プログラム	★	遊部みゆち
2026/3/21	土	12:00	MIYU	午後の身体メンテナンスフローヨガ ※周年特別プログラム	★★	遊部みゆち
2026/3/28	土	14:30	大場恵	やさしいデトックスヨガ	★	調整中
2026/3/28	土	16:00	大場恵	リフレッシュヨガ	★★	調整中
2026/3/30	月	15:30	SATO	リラックスヨガ	★	rakeru