

カルドミツ境 4月・5月代行表 (4/2更新)

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2026/4/5	日	10:30~11:30	tomomi	ストレッチングヨガ	★	Sawa
2026/4/5	日	12:15~13:15	tomomi	フローヨガ	★★	Sawa
2026/4/15	水	10:30~11:30	美弥	やさしいデトックスヨガ	★	Sawa
2026/4/15	水	12:00~13:00	美弥	リフレッシュヨガ	★★	Sawa
2026/4/27	月	14:30~15:30	Fumi	背骨コンディショニング® ⇒骨盤コンディショニングヨガ	★ ⇒★★	reiko
2026/4/27	月	16:00~17:00	Fumi	ストレッチングヨガ	★	reiko
2026/5/15	金	10:30~11:30	Sayaka	アロマリラックスヨガ	★	Eimi
2026/5/15	金	12:00~13:00	Sayaka	やさしいパワーヨガ	★★	Eimi