

## カルド成田 2月代行表

日付	曜日	担当者	レッスン	強度	代行者
8日 15:30~16:15	日	CHIZU	ストレッチングヨガ	★	ume
8日 16:45~17:30	日	CHIZU	ボディコンディショニングヨガ	★★	ume
14日 10:30~11:30	土	Reina	シェイプアップヨガ ⇒ ボディメイクヨガ	★★★ ⇒★★	レイ
14日 12:00~12:45	土	Reina	ベーシックヨガ ⇒ ビギナーヨガ	★★ ⇒★	レイ
20日 18:00~19:00	金	MASAKI	ベーシックヨガ	★★	YOUICHI
22日 15:30~16:15	日	CHIZU	ストレッチングヨガ	★	YOUICHI
22日 16:45~17:30	日	CHIZU	ボディコンディショニングヨガ ⇒ 冷え・むくみ改善ヨガ	★★	YOUICHI
24日 10:30~11:30	火	SATOMI	リフレッシュヨガ	★★	MASAKI
24日 12:00~13:00	火	SATOMI	陰ヨガ	★	MASAKI