

カルド仙台一番町店 代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度/難易度	代行者
2月27日	金	10:15~11:00	佐藤 かおり	ZUMBA →タヒチアンエクササイズ	2	牛山 しのぶ
2月27日	金	14:00~14:45	しん	ファイドウ →エアロ・バーン	3~4	工藤 純子
2月27日	金	19:30~20:15	しん	パワーカーディオ →ファンクショナルスパインムーブメント	2~4	青木 侘奈
2月27日	金	20:30~21:00	しん	ファイドウ	4~5	市園 拓也
NEW	3月4日	水	スクラ 聡子	ピラティス →ベーシックヨガ	★★	あき
NEW	3月4日	水	スクラ 聡子	フローヨガ	★★	守口 恵美
NEW	3月7日	土	守口 恵美	やさしいフローヨガ	★	haru
NEW	3月11日	水	スクラ 聡子	ピラティス →リフレッシュヨガ	★★	Mika
NEW	3月11日	水	スクラ 聡子	フローヨガ	★★	守口 恵美
NEW	3月14日	土	守口 恵美	やさしいフローヨガ		調整中
NEW	3月18日	水	Chiyo	ビギナーヨガ	★	あき
NEW	3月18日	水	スクラ 聡子	ピラティス →ベーシックヨガ	★★	あき
NEW	3月18日	水	スクラ 聡子	フローヨガ	★★	友奈

更新日

2026/02/21