

カルド宮崎 5月代行表

| 日付 | 曜日 | 時間 | 担当者 | レッスン | 強度 | 代行者 |
|-----------|----|-------|--------|----------------------------------|-----|--------|
| 2026/5/15 | 金 | 20:30 | MASAKO | フローヨガ | ★★ | ともみ |
| 2026/5/16 | 土 | 10:30 | Ayako | デトックスヨガ | ★★ | ともみ |
| 2026/5/16 | 土 | 17:00 | MASAKO | 調整中 | 調整中 | 調整中 |
| 2026/5/22 | 金 | 20:30 | MASAKO | フローヨガ | ★★ | ともみ |
| 2026/5/23 | 土 | 17:00 | MASAKO | ボディメンテナンスピラティス ⇒【アロマ】ボディメイクヨガ | ★ | yumi |
| 2026/5/26 | 火 | 13:00 | mica | ストレッチングヨガ | ★ | MIKIKO |
| 2026/5/29 | 金 | 15:30 | mica | やさしいデトックスヨガ | ★ | yumi |