

## マシンピラティス 1月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
1/11	日	10:45~11:45	Nori	BASIC2 with jump board	★★	くるみ
1/14	水	8:45~9:45	Nori	STRETCH	★	misato
1/16	金	11:30~12:30	Nori	BASIC2	★★	misato
1/16	金	18:00~19:00	Nori	HIP&LEGS	★★	くるみ