

日付	レッスン名	場所	担当者	代行者
1/28(水) 9:30~	リラックスヨガ	A	Aoi	梅原菜摘美
1/28(水) 10:30~	アクアウォーキング	プール	大野順子	休講
1/28(水) 11:15~	アクアカーディオ	プール	大野順子	休講
1/29(木) 11:30~	美Body	A	力石暁	今吉誠一
1/29(木) 11:35~	ストレッチ	B	井村天飛	休講
1/31(土) 12:45~	BODY BALANCE	A	深山里佳	鈴木幸子
2/1(日) 10:30~	ストレッチ	A	浦口美砂	井村天飛
2/1(日) 11:15~	トータルシェイプ	A	浦口美砂	井村天飛
2/2(月) 10:00~	アクアウォーキング	プール	浦口美砂	休講
2/2(月) 10:45~	アクアカーディオ	プール	浦口美砂	休講
2/2(月) 12:30~	姿勢改善 ⇒ストレッチボールT	A	浦口美砂	柿崎汐美
2/16(月) 10:00~	マシンピラティス Hip&Legs	C	高野杏実	田村桃子
2/16(月) 11:00~	マシンピラティス Total Shape	C	高野杏実	田村桃子
2/16(月) 12:00~	マシンピラティス Back	C	田村桃子	休講
2/16(月) 19:00~	マシンピラティス Hip&Legs	C	田村桃子	休講
2/16(月) 20:00~	マシンピラティス Total Shape	C	田村桃子	休講
2/18(水) 11:45~	アロマヒーリング ⇒アロマストレッチ	C	高野杏実	高辻智里