

【エスポ袋井】

# 9月 週替り担当表

【スタジオ】

| 施設        |    | 6日（日）                                                 | 担当          | 13日（日）              | 担当     | 20日（日）               | 担当                    | 27日（日）        | 担当     |
|-----------|----|-------------------------------------------------------|-------------|---------------------|--------|----------------------|-----------------------|---------------|--------|
| A<br>スタジオ | 時間 | 10:20～11:05                                           | 唯<br>夏<br>子 | 10:20～11:05         | 中<br>川 | 10:20～11:00          | 伊<br>藤<br>ひ<br>ろ<br>み | 10:20～11:00   | 市<br>川 |
|           | 内容 | かんたん<br>トレーニング<br>&ストレッチ                              |             | ZUMBA<br>承認N0:39735 |        | かんたん<br>エアロ          |                       | レギュラー<br>ステップ |        |
|           | 時間 | 11:20～12:05                                           |             | 11:20～12:05         |        | 11:20～12:10          |                       | 11:20～12:10   |        |
|           | 内容 | 脂肪燃焼<br>エアロ                                           |             | オリジナル<br>エアロ        |        | ボール<br>&ストレッチ<br>ポール |                       | オリジナル<br>エアロ  |        |
| 施設        |    | 6日（日）                                                 | 担当          | 13日（日）              | 担当     | 20日（日）               | 担当                    | 27日（日）        | 担当     |
| B<br>スタジオ | 時間 | Bスタジオ拡張工事に為、<br>レッスンはございません。<br>工事期間中、大変ご迷惑をお掛けいたします。 |             |                     |        |                      |                       |               |        |
|           | 内容 |                                                       |             |                     |        |                      |                       |               |        |
|           | 時間 |                                                       |             |                     |        |                      |                       |               |        |
|           | 内容 |                                                       |             |                     |        |                      |                       |               |        |

※担当インストラクター・内容は、都合により急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承下さい。