

4月 週替り担当表

施設		3日(土)	担当	10日(土)	担当	17日(土)	担当	24日(土)	
A	時間	10:20~10:50	杉浦 末次	10:20~10:50	杉浦 一ツ橋	10:20~10:50	高田	10:20~10:50	美里 一ツ橋
	内容	シェイプ ボディ		シェイプ ボディ		ファット バーン		ファット バーン	
	時間	11:10~11:50		11:10~11:50		11:10~11:50		11:10~11:50	
	内容	UBOUND ※定員25名		UBOUND ※定員25名		ベーシック エアロ		UBOUND ※定員25名	
施設		3日(土)	担当	10日(土)	担当	17日(土)	担当	24日(土)	担当
スタジオ	時間	14:00~14:30	川島	14:00~14:30	新保	14:00~14:30	春菜	14:00~14:30	鈴木 一三枝
	内容	ベーシック ステップ		ストレッチ& 筋トレ		ベーシック ステップ		キックボクシング エクササイズ	
	時間	14:50~15:40		14:50~15:40		14:50~15:40		14:50~15:40	
	内容	ベーシック エアロ		ZUMBA		メガダンス		天空大河	
施設		3日(土)	担当	10日(土)	担当	17日(土)	担当	24日(土)	担当
スタジオ	時間	13:00~13:50	Y U K A	13:00~13:50	M I H O	13:00~13:50	Y U K A	13:00~13:50	M I H O
	内容	ストリート ダンス		ストリート ダンス		ストリート ダンス		ストリート ダンス	
施設		3日(土)	担当	10日(土)	担当	17日(土)	担当	24日(土)	担当
スタジオ	時間	19:30~20:10	高田	19:30~20:10	村 松 公 美 子	19:30~20:10	C h i e m i	19:30~20:10	唯 夏 子
	内容	ゆったり ホットヨガ		ベーシック ホットヨガ		ヨガトレ		ベーシック ホットヨガ	
施設		4日(日)	担当	11日(日)	担当	18日(日)	担当	25日(日)	担当
A	時間	10:20~11:00	藤本	10:20~11:00	澤村	10:20~11:00	藤田	10:20~11:00	兵永
	内容	ベーシック エアロ		ベーシック ステップ		ZUMBA		TaeBo® BASIC	
	時間	11:20~12:10		11:20~12:10		11:20~12:10		11:20~12:10	
	内容	ベーシック ステップ		オリジナル エアロ		オリジナル エアロ		TaeBo® BootCamp	
B	時間	10:30~11:10	高田	10:30~11:10	美里	10:30~11:10	唯 夏 子	10:30~11:10	藤本
	内容	ベーシック ホットヨガ		脂肪燃焼 ホットヨガ		脂肪燃焼 ホットヨガ		ベーシック ホットヨガ	
	時間	11:30~12:10		11:30~12:10		11:30~12:10		11:30~12:10	
	内容	ゆったり ホットヨガ		ゆったり ホットヨガ		ゆったり ホットヨガ		ゆったり ホットヨガ	
A	時間	14:30~15:10	麻美	14:30~15:10	春菜	14:30~15:10	杉浦	14:30~15:10	末次
	内容	ベーシック エアロ		メガダンス		シェイプ ボディ		UBOUND ※定員25名	