【エスポ袋井】

2月 週替り担当表

【スタジオ】

施設		1日（日）	担当	8日（日）	担当	15日（日）	担当	22日（日）	担当
Aスタジオ	時間	10:20～11:00	新保	10:20～11:00	藤田	10:20～11:00	古橋	10:20～11:05	唯夏子
	内容	UBOUNDエレメント & UBOUND【定員30名】		ZUMBA		リトモス		背骨コンディショニング	
	時間	11:20～12:10		11:20～12:10		11:20～12:10		11:20～12:05	
	内容	ZUMBA		オリジナルエアロ		オリジナルエアロ		脂肪燃焼エアロ	
施設		1日（日）	担当	8日（日）	担当	15日（日）	担当	22日（日）	担当
Bスタジオ	時間	10:30～11:10	杉本	10:30～11:10	藤本	10:30～11:10	伊藤ひろみ	10:30～11:10	松居
	内容	脂肪燃焼ホットヨガ		ベーシックホットヨガ		ベーシックホットヨガ		脂肪燃焼ホットヨガ	
	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	
Bスタジオ	時間	15:50～16:30	松下			15:50～16:30	唯夏子		
	内容	ベーシックホットヨガ				ベーシックホットヨガ			
	時間	16:50～17:30				16:50～17:30			
	内容	ゆったりホットヨガ				ゆったりホットヨガ			

※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。

※週替り担当表は、該当月の前月20日頃に発表いたします。