



IOS



Android



07/18 (星期一)	07/19 (星期二)	07/20 (星期三)	07/21 (星期四)	07/22 (星期五)	07/23 (星期六)	07/24 (星期日)
09:45 - 10:45 椅子瑜珈 T.J. Peng (A教室)	07:15 - 08:15 哈達 Jing (A教室)	10:30 - 11:30 皮拉提斯 Emma (A教室)	10:45 - 11:55 壁繩 T.J. Peng (A教室)	07:15 - 08:15 椅子瑜珈 T.J. Peng (A教室)	11:00 - 12:00 滑輪懸吊課程 Blair (A教室)	11:00 - 12:00 壁繩 Jing (A教室)
09:45 - 10:45 隨課視訊 - 椅子瑜珈 視訊課程 - T.J. Peng... (視訊教室)	10:30 - 11:40 壁繩 T.J. Peng (A教室)	10:30 - 11:30 隨課視訊 - 皮拉提斯 視訊課程 - Emma (視訊教室)	12:15 - 13:15 哈達 Ariel Chen (A教室)	12:15 - 13:15 皮拉提斯 Emma (A教室)	14:00 - 15:15 空中瑜珈 Michelle (A教室)	12:15 - 13:15 隨課視訊- 拳擊有氧 視訊課程 - Summer (視訊教室)
11:00 - 12:00 Zumba® *備鞋* Lin (A教室)	12:15 - 13:15 芳香療癒瑜珈 Yen (A教室)	12:15 - 13:15 壁繩 Jing (A教室)	12:15 - 13:15 隨課視訊 - 哈達 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)	12:15 - 13:15 隨課視訊 - 皮拉提斯 視訊課程 - Emma (視訊教室)	16:00 - 17:00 流暢 Ariel Chen (A教室)	12:15 - 13:15 拳擊有氧 *備鞋* Summer (A教室)
11:00 - 12:00 隨課視訊 - Zumba® *備... 視訊課程 - Lin (視訊教室)	12:15 - 13:15 隨課視訊 - 芳香療癒瑜... 視訊課程 - Yen (視訊教室)	14:00 - 15:15 空中療癒 Yen (A教室)	14:30 - 15:40 壁繩 T.J. Peng (A教室)	14:30 - 15:45 空中瑜珈 Lin (A教室)	16:00 - 17:00 隨課視訊 - 流暢 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)	14:00 - 15:00 哈達 Ariel Chen (A教室)
12:15 - 13:15 空中瑜珈 Lin (A教室)	14:30 - 15:30 太極瑜珈 William Liu (A教室)	18:30 - 19:40 壁繩 T.J. Peng (A教室)	16:00 - 17:00 瑜珈修復 T.J. Peng (A教室)	16:00 - 17:00 Zumba® *備鞋* Lin (A教室)		14:00 - 15:00 隨課視訊 - 哈達 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)
18:30 - 19:30 太極瑜珈 William Liu (A教室)	14:30 - 15:30 隨課視訊 - 太極瑜珈 視訊課程 - William L... (視訊教室)	19:00 - 20:00 芳香療癒瑜珈 Yen (B教室)	16:00 - 17:00 隨課視訊 - 瑜珈修復 視訊課程 - T.J. Peng... (視訊教室)	16:00 - 17:00 隨課視訊 - Zumba® *備... 視訊課程 - Lin (視訊教室)		15:15 - 16:30 空中瑜珈 Lin (A教室)
19:00 - 20:00 芳香療癒瑜珈 Yen (B教室)	18:30 - 19:45 空中瑜珈 Michelle (A教室)	20:00 - 21:00 瑜珈修復 T.J. Peng (A教室)	18:15 - 19:15 音鉢瑜珈 JJ.H (B教室)	18:30 - 19:30 壁繩 Jing (A教室)		16:45 - 17:45 Zumba® *備鞋* Lin (A教室)
19:00 - 20:00 隨課視訊 - 芳香療癒瑜... 視訊課程 - Yen (視訊教室)	18:45 - 19:45 哈達 Ariel Chen (B教室)	20:00 - 21:00 隨課視訊 - 瑜珈修復 視訊課程 - T.J. Peng... (視訊教室)	18:30 - 19:30 流暢 Eva Wu (A教室)	20:00 - 21:15 空中瑜珈 Michelle (A教室)		16:45 - 17:45 隨課視訊 - Zumba® *備... 視訊課程 - Lin (視訊教室)
20:00 - 21:00 瑜珈平衡 William Liu (A教室)	18:45 - 19:45 隨課視訊 - 哈達 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)		18:30 - 19:30 隨課視訊 - 流暢 視訊課程 - Eva Wu (視訊教室)			
	20:00 - 21:00 陰瑜珈 Ariel Chen (A教室)		20:00 - 21:00 陰陽瑜珈 Ariel Chen (A教室)			
	20:00 - 21:00 隨課視訊 - 陰瑜珈 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)		20:00 - 21:00 隨課視訊 - 陰陽瑜珈 視訊課程 - Ariel Che... (視訊教室)			