

Taipei Arena 台北小巨蛋館
 105台北市松山區南京東路四段2號1樓
 ●預約課程專線: (02) 2716-1234
 ●會館營運時間週一至週日06:00-23:00
 ●客服服務時間週一至週五12:00- 20:00
 ●例假日、國定假日請電洽值班人員預約
 ●網路訂課系統: www.trueyoga.com.tw



本中心禁止攜帶手機及私人物品進入教室
 感謝您的支持與配合。

- (B): Beginner 初級課程 (適合從未接觸或對該課程仍生疏之會員)
- (M): Multi-level 普及課(適合各種程度之會員)
- (A): Advanced 高級課程(適合對於該課程已臻熟練並追求精進之會員)

A 有氧教室 AEROBIC STUDIO 有氧教室 (此教室訂課代號皆為:"A")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
		★ 0930-1030 (A) ZUMBA (B) Joe Huang				
★ 1100-1200 功能性訓練 Functional training Anselmo (En)	★ 0930-1030 橫鈴訓練 (A) BODYPUMP™ (M) Chris Shih	★ 1100-1200 寶萊塢舞蹈 (D) Bollywood Dance (M) Balu		★ 1030-1130 (A) ZUMBA (B) Joe Huang		
★ 1215-1315 (A) 愛派對 I Party (B) Ruby C	★ 1100-1200 (A) Sport Dance (B) High	★ 1230-1330 國標 Paradise (Cha Cha Cha) Andrew	★ 1100-1200 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) Bevis		★1100-1200 寶萊塢舞蹈 (D) Bollywood Dance (B) Balu	★1015-1115 拉丁有氧 (A) Latino Aerobic (M) Wes
★ 1350-1450 (A) X-Party (B) Danny D	★1210-1310 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) 吳柏樵	★ 1345-1445 國標 因為愛情 Andrea (請穿舞鞋)	★ 1230-1330 (D) Multi Aata (B) Balu	★ 1230-1330 國標 基礎國標 Carina	★ 1215-1315 (D) Multi Aata Balu	★ 1145-1245 橫鈴訓練 (A) BODYPUMP™ (M) Wes
★ 1500-1600 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) 赫哥	★ 1345-1445 國標 Slow Jive Fever Amanda (請穿舞鞋)	★ 1500-1600 (A) 橫鈴訓練 BODYPUMP™ (M) Chris Shih	★ 1345-1445 (A) 曲線雕塑 Sculpt (B) 大寶	★ 1345-1445 國標 魅惑Rumba 2 JJ (請穿舞鞋)	★1330-1430 (D) Free Style (B) Yumi	★ 1330-1430 潮流舞蹈 (A) BODYJAM™ (M) Daniel
★ 1615-1715 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) Kay	★ 1500-1600 國標 Rumba Eavan (請穿舞鞋)	★ 1615-1715 (D) 印度舞蹈 Indian Fusion Balu	★ 1500-1600 拉丁有氧 (A) Latin Aerobic (A) Marco	★ 1500-1600 國標 Beautiful Rumba Andrea (請穿舞鞋)	★1445-1545 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) Pony	★1515-1615 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) Raybon
★ 1800-1900 (D) Jazz Funk (B) Wesley	★ 1610-1710 (D) 流行舞基礎律動 (B) Wesley	★ 1730-1830 印度基礎舞蹈 (D) Dance Basics (B) Balu	★ 1630-1730 (A) 愛派對 I Party (B) Ruby C	★ 1610-1710 (A) ZUMBA (B) Banai	★ 1610-1710 (D) 肚皮舞 Belly Dance (B) Michelle	★1700-1800 簡易舞蹈 (D) Easy Dance (B) 暫停一次
★ 1910-2010 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) 柏諺		★ 1845-1945 國標 Rumba-dancing for you David	★ 1745-1845 (D) 印度舞蹈 Indian Fusion (B) Balu	★ 1745-1845 (D) Multi Aata Balu	★1730-1830 (D) R&B Hip Hop 阿妮	★ 1815-1915 (A) X-Party (B) Ten
★2020-2120 (A) ZUMBA (B) 阿本	★ 1815-1915 國標 Basic Rumba 2 Eason (請穿舞鞋)	★2000-2100 國標 Samba-moving power David	★ 1910-2010 午夜 Cha Cha Ricky (請穿舞鞋)	★ 1900-2000 寶萊塢舞蹈 (D) Bollywood Dance (M) Balu	★1850-1950 (A) ZUMBA (B) Joanne C	
★2130-2230 戰鬥有氧 (A) BODYCOMBAT™ (M) Pony	★ 1930-2030 (A) BODYCOMBAT™ (M) 安妮 *	★ 2110-2210 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) 黑黑	★2020-2120 (A) STRONG Nation™(M) 阿本	★2020-2120 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) Well	★2005-2105 (A) Balletone 芭蕾舞 (B) Joanne C	

B1 G 教室 (B1) Dance 舞蹈教室 (此教室訂課代號皆為:"D")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
★ 0950-1050 (D) 肚皮舞 Belly Dance (B) 小雅	★ 1100-1200 (D) MV DANCE (B) Mars	★ 1215-1315 (A) 曲線雕塑 Sculpt (B) 大寶	★ 1100-1200 印度基礎舞蹈 (D) Dance Basics (B) Balu (En)			
★ 1100-1200 (A) 派對有氧 Party Dance (B) Remy	★ 1215-1315 (D) 印度舞蹈 Indian Dance (B) Murali (En)	★ 1350-1450 (A) 拉丁有氧 Latin Aerobic (B) Wesley	★ 1215-1315 (D) Free Style (B) Ring Ring	★ 1215-1315 (D) Free Style (B) Well	★ 1210-1310 (D) MV DANCE (B) Meg	★ 1215-1315 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) Michelle C
★ 1220-1320 國標 Rumba Samantha	★ 1330-1430 (A) 全方位塑身 (B) 大寶	★ 1500-1600 (D) Free Style (B) Tsz		★ 1330-1430 (A) ZUMBA (B) Jully	★ 1320-1420 (A) 曲線雕塑 Sculpt (B) C C	★ 1330-1430 (D) Hip Hop (B) Mike
★ 1345-1445 (D) New Jazz 新時代爵士(B) 小米	★ 1445-1545 (A) 全方位訓練 (M) 文森	★ 1610-1710 (D) Girl's Hip Hop 暫停一次	★ 1445-1545 (D) Hip Hop Jazz 嘻哈爵士舞 (B) 歹歹	★ 1445-1545 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) 黑黑	★ 1445-1545 (A) Party Dance 派對有氧 (B) Lucas	★ 1500-1600 (D) Free Style (B) Air
★ 1620-1720 國標 PasoDarkside 1 Mia (請穿舞鞋)	★ 1620-1720 現代抒情爵士 (D) Contemporary Jazz Mike豪豪	★1735-1835 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) Danny D	★ 1610-1710 (D) 魅惑之舞The Party 煒臻	★ 1620-1720 肚皮舞 (D) Belly Dance (B) Thinking	★1610-1720 (D) Free Style (B) Air	★ 1630-1730 艾克斯派對有氧 (A) X-Party (B) Well
★ 1845-1945 (D) Free Style (B) Dennis	★ 1845-1945 (D) Jazz Funk 馬各	★ 1845-1945 肚皮舞入門 (D) Intro Belly Dance (B) Michelle	★ 1845-1945 (D) Free Style (B) Lingo	★ 1845-1945 (D) 肚皮舞 Belly Dance (B) Michelle	★1730-1830 國標 Rumba Coldy (請穿舞鞋)	
★ 1955-2055 (D) Soul Lady Hip Hop Mike	★ 1955-2055 (D) Free Style (B) Meg	★1955-2055 (D) Multi Aata Balu	★ 1955-2055 (D) Choreography 阿妮		★1845-1945 (D) Dance Party 派對舞蹈 (B) Mike	

D 飛輪教室 (B1) SPINNING STUDIO(此教室訂課代號皆為:"S")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
★ 1000-1100 (M) Hino			★ 1000-1100 燃脂耐力 Endurance (B) Canon		★ 1000-1100 週期訓練 Intervals (B) Josh	★ 1000-1100 熱量消耗 Racing (M) Lauren
★ 1330-1430 熱量消耗 Racing (M) Timmy	★ 1330-1430 燃脂耐力 Endurance (B) Lauren	★ 1330-1430 燃脂耐力 Endurance (B) Charles	★ 1330-1430 入門飛輪 Spinning Intro (B) Oli Lu	★ 1330-1430 入門飛輪 Spinning Intro (B) Lauren	★ 1330-1430 入門飛輪 Spinning Intro (B) Lauren	
	★ 1700-1800 (M) Hino		會館設備維修時間 Maintenance Time		★ 1700-1800 燃脂耐力 Endurance (B) Jason	
★ 1830-1930 燃脂耐力 Endurance (B) Jason	★ 1830-1930 舒壓燃脂 Recovery (B) Jason	★ 1830-1930 肌力雕塑 Strength (M) Kang Kang	★ 1830-1930 燃脂耐力 Endurance (B) Brian Chang	★ 1830-1930 韓式动感飛輪 Cliff		
★ 1940-2040 入門飛輪 Spinning Intro (B) Andres	★ 1940-2040 Summer in the house Summer	★ 1940-2040 燃脂耐力 Endurance (B) Kang Kang	★ 1940-2040 入門飛輪 Spinning Intro (B) Brian Chang	★ 1940-2040 燃脂耐力 Endurance (B) Lauren		

Taipei Arena 台北小巨蛋館
 105台北市松山區南京東路四段2號1樓
 ◆預約課程專線: (02) 2716-1234
 ◆會館營運時間週一至週日06:00-23:00
 ◆客服服務時間週一至週五12:00-20:00
 ◆例假日、國定假日請電洽值班人員預約
 ◆網路訂課系統: www.trueyoga.com.tw



本中心禁止攜帶手機及私人物品進入教室
 感謝您的支持與配合
 ● (B): Beginner 初級課程 (適合從未接觸或對該課程仍生疏之會員)
 ● (M): Multi-level 普及課(適合各種程度之會員)
 ● (A): Advanced 高級課程(適合對於該課程已熟練並追求精進之會員)

F 熱瑜珈教室 (B1) HOT YOGA 熱瑜珈 (此教室的訂課代號皆為:"Y")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
★ 0715-0815 Alan	★ 0715-0815 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) Abi Ni	★ 0715-0815 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) 小雅	★ 0715-0815 小雅			
★ 0930-1030 Moorthi (En)	★ 0930-1030 暫停一次	★ 0930-1030 Eddie	★ 0930-1030 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) Bess		★ 0930-1030 Catherine	★ 0930-1030 Catherine
★ 1045-1145 Annie Lin	★ 1045-1145 熱伸展瑜珈 Hot Stretch (B) Wayne 祖威	★ 1045-1145 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) Annie Lin	★ 1045-1145 Sunny	★ 1045-1145 熱瑜珈提斯 Hot YogaLat (B) Lorance		★ 1045-1145 Catherine
★ 1230-1330 Albee Chou		★ 1220-1320 Terry	★ 1220-1320 Catherine		★ 1220-1320 Johnny	
	★ 1500-1600 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) Jamie	★ 1500-1600 Moorthi (En)	會館設備維修時間 Maintenance Time	★ 1500-1600 Dolphin	★ 1500-1600 Ram (En)	
★ 1630-1730 Dolphin		★ 1630-1730 Dolphin	★ 1630-1730 Abi Ni *	★ 1640-1740 Lorance	★ 1630-1730 Mahi 亞倫	★ 1630-1730 Alan
★ 1805-1905 暫停一次	★ 1805-1905 Eddie	★ 1805-1905 暫停一次				
★ 1920-2020 Ram (En)	★ 1920-2020 Neo	★ 1920-2020 Eddie	★ 1920-2020 Wan Wan	★ 1920-2020 Johnny	★ 1930-2030 Catherine	
★ 2035-2135 Ada Lin	★ 2035-2135 Eileen	★ 2035-2135 熱和緩瑜珈 Hot Gentle (B) Johnny	★ 2035-2135 熱瑜珈 Hot Flow (M) Claire	★ 2035-2135 Eddie		

E 瑜珈教室 (B1) YOGA STUDIO (此教室的訂課代號皆為:"Y")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
★ 0805-0905 皮拉提斯 Pilates Mat Work (B) Lilian		★ 0805-0905 動瑜珈 Flow Yoga (B) Tim	★ 0945-1045 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Moorthi (En)	★ 0730-0830 身心靈平衡 BODYBALANCE™ (M) Anselmo (En)	★ 0805-0905 哈達基礎 Hatha Basic (B) Winnie	★ 0830-0930 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Ellen
★ 1045-1145 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) 暫停一次	★ 1045-1145 伸展瑜珈 Yoga Stretch (M) Ariel	★ 0930-1030 身心靈平衡 (Y) BODYBALANCE™ (M) Winnie	★ 1105-1205 動瑜珈 Flow Yoga (M) Moorthi (En)	★ 0930-1030 皮拉提斯 Pilates Mat Work (M) Neo	★ 0945-1045 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Ram (En)	★ 0945-1045 陰瑜珈 Yin Yoga (B) Ellen
★ 1210-1310 (Y) 原力核心 (B) 吳柏樞	★ 1220-1320 火箭瑜珈 Rocket Yoga (M) Ariel	★ 1220-1320 陰瑜珈 Yin Yoga (B) Ellen	★ 1220-1320 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) 暫停一次	★ 1050-1150 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Bruce Meng	★ 1100-1200 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Ram (En)	★ 1100-1200 嬰幼兒瑜珈 Baby Yoga (3Y以下) 暫停一次
★ 1340-1440 肌筋膜按摩 Myofascial Release (B) 吳柏樞	★ 1340-1440 肌筋膜按摩 (B) Myofascial Release 吳柏樞	★ 1400-1500 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Ellen	1400-1600 會館設備維修時間 Maintenance Time	★ 1220-1320 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Bruce Meng	★ 1215-1315 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Ram (En)	★ 1220-1320 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) 暫停一次
★ 1455-1555 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Bess	★ 1500-1630 90分鐘 艾揚格瑜珈 Iyengar Yoga (Level I) Charmian	★ 1515-1615 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Ellen		★ 1340-1440 (A) Sport Dance (B) High	★ 1330-1430 融合風印度舞蹈 (D) Indian Fusion (B) Balu	★ 1340-1440 美姿繩皮拉提斯 Pilates (B) 暫停一次
★ 1615-1715 太極武學 Tai-Chi (B) Beta	★ 1645-1815 90分鐘 Yoga Basics 基礎瑜珈 Charmian	★ 1630-1730 陰瑜珈 Yin Yoga (B) Moorthi (En)		★ 1515-1615 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Grace	★ 1445-1545 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) 暫停一次	★ 1635-1735 (D) 肚皮舞 Belly Dance (M) Michelle
★ 1730-1830 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Ram (En)	★ 1830-2000 阿斯坦加瑜珈 Ashtanga Yoga (M) 90分鐘 Ethan Lee	★ 1800-1900 太極瑜珈 Tai Chi Yoga (B) Beta	★ 1835-1935 核心瑜珈 Core Yoga (M) Claire	1630-1730 哈達瑜珈 Hatha Yoga (M) Melody Y	★ 1600-1700 皮拉提斯 Pilates Mat Work (M) Evelyn	★ 1835-1935 Iyengar Intro 艾揚格入門 (B) Charmian
★ 1845-1945 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Moorthi (En)	★ 2030-2130 和緩伸展 Gentle Stretch (B) Wayne 祖威	★ 1915-2015 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) 暫停一次	★ 1950-2050 108大拜式 能量棒 (B) 暫停一次	★ 1835-1935 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Lorance	★ 1720-1820 (D) 肚皮舞 Belly Dance (M) Michelle	★ 1950-2050 Iyengar 艾揚格瑜珈 (M) Charmian
★ 2020-2120 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Ariel				★ 1950-2050 皮拉提斯 Pilates Mat Work (B) Lilian	★ 1835-1935 陰瑜珈 Yin Yoga (B) Mahi 亞倫	

C 瑜珈教室 (1F) YOGA STUDIO (此教室的訂課代號皆為:"Y")

Mon (04/22)	Tue (04/23)	Wed (04/24)	Thu (04/25)	Fri (04/26)	Sat (04/27)	Sun (04/28)
	★ 1100-1200 融合風印度舞蹈 (D) Indian fusion (B) Murali (En)	★ 1100-1200 節奏瑜珈 Hatha Vinyasa (M) Jamie		★ 1015-1115 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) 暫停一次	★ 0930-1030 皮拉提斯 Pilates Mat Work (M) Neo	★ 0945-1045 親子瑜珈 Family Yoga (3-12Y) Eleanor
	★ 1215-1315 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Jessie小剛	★ 1220-1320 核心瑜珈 Core Yoga (M) Ariel		★ 1210-1310 (D) 肚皮舞 Belly Dance (B) 小雅	★ 1100-1200 雕塑瑜珈 Sculpt Yoga X hphy (B) Melissa	
★ 1100-1200 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Moorthi (En)	★ 1330-1430 大拜式皮拉提斯 (B) Joyce	★ 1330-1430 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Jamie	★ 1215-1315 時間有變動 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Jessie小剛 *			★ 1130-1230 伸展瑜珈 Yoga Stretch (B) Wayne 祖威
★ 1215-1315 身心靈平衡 (Y) BODYBALANCE™ (M) Winnie	★ 1445-1545 太極瑜珈能量棒 Tai-Chi Yoga (B) Joyce	★ 1445-1545 身心靈平衡 (Y) BODYBALANCE™ (M) Jamie		★ 1500-1600 希瓦南達瑜珈 Sivananda Yoga High		
★ 1630-1800 90分鐘 Ashtanga Yoga (M) Moorthi (En)	★ 1615-1715 核心瑜珈 Core Yoga Aileen	★ 1615-1715 動瑜珈 Flow Yoga (M) Melody Y	★ 1730-1830 美姿繩皮拉提斯 Pilates (B) 暫停一次	★ 1620-1720 太極瑜珈能量棒 Tai-Chi Yoga 暫停一次		
★ 1830-1930 (Y) 舞動瑜珈 Ball Yoga (B) Serina(于文蕙)		★ 1730-1830 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Ariel	★ 1845-1945 哈達瑜珈 Hatha Yoga (B) Ram (En)		★ 1845-1945 核心瑜珈 Core Yoga (M) 暫停一次	★ 1930-2030 Yin Yoga 陰瑜珈 (B) Eleanor
★ 2000-2100 (D) Sexy Jazz Loy		★ 1845-2015 阿斯坦加瑜珈 Ashtanga Yoga (M) 90分鐘 Moorthi (En)	★ 2000-2100 和緩瑜珈 Gentle Yoga (B) Ram (En)	★ 2000-2130 90分鐘 昆達里尼瑜珈及銅鑼療癒 Dev Dharam 盈婷		

★上課注意事項:
 ● 本課表為預定課程,本中心保留變更師資與課程內容的權利,請會員隨時注意課程變動的最新消息
 ● 為確保上課品質,本中心禁止攜帶手機及私人物品進入教室,感謝您的支持與配合。
 ● 請在開始前15分鐘到達中心並於課程開始前5分鐘到達教室,並將課程卡交予老師後進入教室,為免影響上課品質及其他會員的權益,課程開始後即無法進入教室以免影響其他會員的權益。
 ● 如您因故無法到課,請於開課前一小時前取消您的預約;開課一小時後備開場現場登記後補,請於開課前3-5分鐘於櫃檯等候位置。
 ● 更衣室的衣物請自由選用,請所有會員務必自備鎖與鎖鑰(切勿用號碼鎖與小鎖!)為避免物品遺失,會員請勿將貴重財物置於櫃中。
 ● 為避免造成運動傷害,參加舞蹈有氣課程時,請穿著可保護腳趾且富彈性的運動鞋款,參加瑜珈課程時,請脫鞋、脫(絲)襪。
 ● 外籍老師於名字旁加(En)呈現; *表示該堂原授課老師請假; *表示此堂課程時間變更。
 ● 參與飛輪(Spinning)課程之會員,請穿著短褲、攜帶毛巾與水壺上課,並請於開課前5分鐘進教室完成飛輪腳踏車之設定。
 ● *孕婦瑜珈 適合懷孕滿13周以上的孕媽咪。(入館請記得填寫聲明書)
 ● 媽咪寶貝瑜珈Mommy & Me Yoga適合媽媽與滿2個月至3歲的寶寶,課程主旨:以產後修復瑜珈為主,透過呼吸、伸展及體位法,幫助產後媽媽恢復懷孕前的肌肉彈性及體態;再加入寶寶按摩及寶寶瑜珈等練習;增加親子親密接觸,共享珍貴時光。
 ● "嬰幼兒瑜珈Baby Yoga"適合3歲以下的嬰幼兒,歡迎媽媽帶著寶貝一同參加。
 課前叮嚀: 1.請攜帶寶貴喜歡的玩具或可安撫寶寶的媽媽、2.媽咪或寶寶如感冒身體不適切勿前來上課,請在室內休息!
 ● 防疫期間請於館內非運動時請配戴口罩。
 ● 為確保每位會員權益,請勿隨意移動周邊無人使用的座位,造成您的不便敬請見諒,感謝您的支持與配合。
 ● 體驗課程將收取每堂750元課程費用,需於開課前40分鐘前到達以便課程準備,如無任何相關資訊請與您的會籍顧問連絡。
 ● 108大拜式能量棒課程須自備能量棒。● 肌筋膜放鬆課程須自備按摩棒、按摩滾筒相關輔具。● 滑盤瑜珈(Y)/滑盤體態(A)課程,因個人衛生考量請自備滑盤。
 ◎ 舞蹈老師新曲目:★ Murali Indian Dance: Name: (Ang Lager De)
 ◎ 舞蹈老師新曲目:★ BALU寶萊瑪 Bollywood: Name: (Thumkeshwari) ★ BALU Multi Aata: (Sammohanada) ★ BALU Indian basis -(Na Raja Nuvve) ★ BALU Indian fusion - (Milky Beauty)
 ◎ 請親老師: Joe 3/7-4/26; Teresa 佳彤 4/25; Cliff 4/23; Elaine 4/16-30; Joyce 4/25-26; Julia 4/27; Lily Lin 4/22-29; Ashish 4/22-26