

2026年6月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
月	10:20～10:25	からだ充実体操	B	たなか(よ)	ちま	たなか(よ)	たなか(よ)	ちま	
	10:30～11:00	エアロピクス入門	B	たなか(よ)	ちま	たなか(よ)	たなか(よ)	ちま	
	11:40～12:10	BP30 (ボディパンプ30)	A	たなか(よ)	きむら	たなか(よ)	たなか(よ)	きむら	
	21:30～22:00	BP30 (ボディパンプ30)	A	ちま	えふみ	しょうじ	ちま	しょうじ	
火	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	13:20～13:50	TAIKAN	A	きむら	たなか(よ)	きむら	たなか(よ)	きむら	
	15:30～15:50	爽快棒	B	きむら	たなか(よ)	きむら	さかい(み)	きむら	
	21:20～22:05	BC45 (ボディコンバット45)	A	えふみ	まつおか	えふみ	かどた	まつおか	
水	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	13:00～13:30	BC30 (ボディコンバット30)	A	ちま	かどた	まつおか	とよだ		
	15:40～16:00	爽快棒	B	ちま	たなか(よ)	さかい(み)	たなか(よ)		
	20:30～21:00	TAIKAN	B	しょうじ	ちま	しょうじ	まつおか		
金	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	13:30～13:50	爽快棒	B	きむら	たなか(よ)	たなか(よ)	たなか(よ)		
	20:00～20:45	BC45 (ボディコンバット45)	A	ちま	えふみ	ちま	えふみ		
土	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	14:45～15:15	BC30 (ボディコンバット30)	A	かどた	えふみ	かどた	とよだ		
	15:30～16:15	BP45 (ボディパンプ45)	A	しょうじ	かどた	しょうじ	とよだ		
	16:30～16:50	爽快棒	B	しょうじ	さかい(み)	しょうじ	とよだ		
日	時間	レッスン	スタジオ	7日	14日	21日	28日		
	14:15～15:00	BP45 (ボディパンプ45)	A	ちま	まつおか	かどた	しょうじ		
	15:15～16:00	BC45 (ボディコンバット45)	A	ちま	とよだ	ちま	まつおか		
	16:15～16:35	爽快棒	B	たむら	とよだ	ちま	たむら		

※都合により、担当インストラクター及びプログラムが変更になる場合がございますので、予めご了承ください。