

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	12:40～13:10	TAIKAN	B	すが	すが	くぼた	すが	すが	
	13:30～14:15	BP45（ボディパンプ45）	A	つむら	すが	すが	すぎたち	つむら	
	15:30～15:50	爽快棒	B	さわい	さわい	さわい	くぼた	さわい	
水	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	13:30～14:00	歌謡ヒットダンス	B	くぼた	くぼた	つむら	くぼた		
	19:30～20:00	TAIKAN	B	すが	すが	すが	すが		
	20:45～21:30	レズミルズ週替45	A	つむら	つむら	つむら	くぼた		
木	時間	レッスン	スタジオ	4日	11日	18日	25日		
	15:40～16:10	TAIKAN	B	さわい	さわい	さわい	さわい		
金	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	12:30～13:00	BC30（ボディコンバット30）	A	すが	すくい	すくい	すが		
	20:45～21:30	レズミルズ週替45		つむら	すが	まつのさこ	つむら		
土	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	15:30～16:00	TAIKAN	B	すが	すが	すが	すが		
日	時間	レッスン	スタジオ	7日	14日	21日	28日		
	16:05～16:35	BP30（ボディパンプ30）	A	すぎたち	つむら	すぎたち	くぼた		
	16:45～17:30	BC45（ボディコンバット45）	A	くぼた	すくい	すくい	すくい		

※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。

歌謡ヒットダンス

Cant Take My Eyes Off You\_Frankie Valli

レズミルズ週替わり

水曜日 ボディパンプ 3日、17日 ボディコンバット 10日、24日

金曜日 ボディコンバット 5日、19日 ボディパンプ 12日、26日