

2026年9月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

火	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	15:05～15:50	BC45（ボディコンバット45）	A	たつみ	たつみ	たつみ	きたまつ	たつみ	
水	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	13:15～13:45	BC30（ボディコンバット30）	A	おおにし	おおにし	たつみ	きたまつ	おおにし	
	12:30～13:00	スタッフオリジナル30	B	ひらやま	ながはま	たつみ	きたまつ	おおにし	
	14:00～14:20	ひきしめお腹20	B	ひらやま	おおにし	たつみ	よしだ	おおにし	
	14:30～14:50	爽快棒	B	ひらやま	おおにし	たつみ	よしだ	おおにし	
	20:30～21:15	BP45（ボディパンプ45）	A	ながはま	ながはま	ながはま	休講	たつみ	
金	時間	レッスン	スタジオ	4日	11日	18日	25日		
	13:45～14:30	BP45（ボディパンプ45）	A	ながはま	おおにし	ながはま	おおにし		
	20:30～21:15	BC45（ボディコンバット45）	A	きたまつ	きたまつ	きたまつ	たつみ		
日	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	13:30～14:00	TAIKAN	A	さくらもと	とうがき	さくらもと	とうがき		
	15:15～16:00	BC45（ボディコンバット45）	A	さくらもと	いぬい	さくらもと	きたまつ		

※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。

【スタッフオリジナル】

2日：楽ヨガ

9日：TAIKAN

16日：歌謡ヒットダンス ♪Flashdance/What a Feeling

23日：TAIKAN

30日：歌謡ヒットダンス ♪Flashdance/What a Feeling