

2026年5月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

曜日	時間	レッスン	スタジオ		5日	12日	19日	26日	
	火	15:05~15:50	BC45 (ボディコンバット45)	A		きたまつ	おおにし	たつみ	たつみ
								おおにし	
								わだ	
曜日	時間	レッスン	スタジオ		6日	13日	20日	27日	
	水	13:15~13:45	BC30 (ボディコンバット30)	A		なかざと	よしだ	たつみ	よしだ
								おおにし	
12:30~13:00		スタッフオリジナル30	A		きたまつ	ひらやま	たつみ	おおにし	
14:00~14:20		ひきしめお腹20	B		おおにし	ひらやま	たつみ	たつみ	
14:30~15:00	爽快棒	B		おおにし	ひらやま	たつみ	たつみ		
20:30~21:15	BP45 (ボディパンプ45)	A		休講	たつみ	ながはま	たつみ		
曜日	時間	レッスン	スタジオ		1日	8日	15日	22日	29日
	金	13:45~14:30	BP45 (ボディパンプ45)	A		たつみ	おおにし	ながはま	ながはま
								おおにし	
20:30~21:15		BC45 (ボディコンバット45)	A		なかざと	さくらもと	なかざと	たつみ	さくらもと
							きたまつ		
曜日	時間	レッスン	スタジオ		3日	10日	17日	24日	31日
	日	13:30~14:00	TAIKAN	A		ひらやま	ひらやま	きたまつ	たつみ
15:15~16:00		BC45 (ボディコンバット45)	A		なかざと	なかざと	きたまつ	たつみ	さくらもと
							なかざと		

※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】

6日：TAIKAN

13日：楽ヨガ

20日：歌謡ヒットダンス ♪希望の轍/サザンオールスターズ

27日：歌謡ヒットダンス ♪希望の轍/サザンオールスターズ