

2026年4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		6日	13日	20日	27日	
月	10:50～11:10	月替わりプログラム	B		くさはら	たなか(は)	まつの	まつの	
	11:25～11:55	週替わりプログラム30	B		みなみい	まつの	くどう	みなみい	
	20:00～20:30	BC30 (ボディコンバット30)	A		たなか(は)	ながの	たなか(は)	なかお	
	20:45～21:30	BP45 (ボディパンプ45)	A		くどう	にしぎき	にしぎき	にしぎき	
水	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	19:00～19:45	BP45 (ボディパンプ45)	A	ながの	にしぎき	なかお	にしぎき	休講	
木	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	10:25～10:55	楽ヨガ～RAKUYOGA～	A	みなみい	みなみい	みなみい	みなみい	みなみい	
金	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	20:00～20:30	BP30 (ボディパンプ30)	A	くどう	にしぎき	にしぎき	にしぎき		
	19:15～19:45	TAIKAN	B	たなか(は)	まえかわ	まえかわ	まえかわ		
	20:45～21:30	BC45 (ボディコンバット45)	A	たなか(は)	なかお	たなか(は)	なかお		
土	時間	レッスン	スタジオ	4日	11日	18日	25日		
	14:00～14:30	BC30 (ボディコンバット30)	A	たなか(は)	たなか(は)	なかお	たなか(は)		
	15:55～16:40	BP45 (ボディパンプ45)	A	ながの	ながの	ながの	ながの		
日	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	13:00～13:30	BP30 (ボディパンプ30)	A	ながの	たなか(は)	なかお	ながの		
	13:50～14:20	TAIKAN	A	ながの	なかお	たなか(は)	たなか(は)		
	14:40～15:25	BC45 (ボディコンバット45)	A	たなか(は)	ながの	ながの	なかお		

※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。

月曜日 11:25～11:55 週替わりプログラム30 レッスン内容
 4月6日 楽ヨガ～RAKU YOGA～
 4月13日 歌謡ヒットダンス
 4月20日 TAIKAN
 4月27日 楽ヨガ～RAKU YOGA～