

2026年5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		4日	11日	18日	25日	
月	10:50～11:10	月替わりプログラム	B		まつの	まつの	まつの	なかお	
	11:25～11:55	週替わりプログラム30	B		まつの	まつの	まつの	まつの	
	20:00～20:30	BC30（ボディコンバット30）	A		休講	なかお	くどう	ながの	
	20:45～21:30	BP45（ボディパンプ45）	A		休講	くどう	なかお	くどう	
水	時間	レッスン	スタジオ		6日	13日	20日	27日	
	19:00～19:45	BP45（ボディパンプ45）	A		休講	にしぎき	にしぎき	ながの	
木	時間	レッスン	スタジオ		7日	14日	21日	28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	
金	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	19:15～19:45	TAIKAN	B	まえかわ	まえかわ	にしぎき	にしぎき	まえかわ	
	20:00～20:30	BP30（ボディパンプ30）	A	ながの	にしぎき	なかお	くどう	にしぎき	
	20:45～21:30	BC45（ボディコンバット45）	A	ながの	なかお	くどう	なかお	くどう	
土	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	14:00～14:30	BC30（ボディコンバット30）	A	たなか(は)	ながの	くどう	くどう	くどう	
	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	ながの	
日	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日	31日	
	13:00～13:30	BP30（ボディパンプ30）	A	ながの	なかお	ながの	ながの	くどう	
	13:50～14:20	TAIKAN	A	ながの	なかお	ながの	ながの	くどう	
	14:40～15:25	BC45（ボディコンバット45）	A	なかお	ながの	くどう	くどう	ながの	

※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

5月4日 歌謡ヒットダンス

5月11日 歌謡ヒットダンス

5月18日 歌謡ヒットダンス

5月25日 歌謡ヒットダンス