

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	12:35～12:55	アロマストレッチ20	B	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	
	13:10～13:40	TAIKAN	B	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	
	13:55～14:10	BCT（ボディコンバットテクニック）	B	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	
	14:10～14:40	BC30（ボディコンバット30）	B	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	ほそい	
	19:15～20:00	BP45（ボディパンプ45）	A	ふくはら	ふくはら	おおがみ	いけだ	ふくはら	
	20:15～20:45	BC30（ボディコンバット30）	A	いけだ	ふじえ	いけだ	ふじえ	いけだ	
	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
火	11:15～11:45	エアロピクス入門	A	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ	
	14:55～15:25	BC30（ボディコンバット30）	B	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	ほそい	ほそい	ほそい	
	15:40～16:00	ひきしめお腹20	B	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	ほそい	ほそい	ほそい	
	19:45～20:15	BC30（ボディコンバット30）	A	いけだ	いけだ	わたなべ(わ)	いけだ	いけだ	
	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
水	14:50～15:20	BP30（ボディパンプ30）	B	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	いけだ		
	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
金	12:55～13:25	エアロピクス入門	B	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ		
	13:40～14:00	爽快棒	B	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ		
	14:30～15:15	BP45（ボディパンプ45）	A	おおがみ	ふくはら	ふくはら	おおがみ		
	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
土	12:45～13:15	スタッフオリジナル30	B	わたなべ(わ)	ほそい	いけだ	いけだ		
	15:00～15:45	BC45（ボディコンバット45）	A	おおがみ	きりた	ふじえ	きりた		
	16:00～16:45	BP45（ボディパンプ45）	A	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)	わたなべ(わ)		
	時間	レッスン	スタジオ	7日	14日	21日	28日		
日	11:30～11:50	爽快棒	B	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ		
	12:15～12:45	エアロピクス入門	A	たけだ	たけだ	たけだ	たけだ		
	13:50～14:35	BP45（ボディパンプ45）	A	おおがみ	おおがみ	ふくはら	おおがみ		
	14:55～15:40	BC45（ボディコンバット45）	A	わたなべ(わ)	ふじえ	ふじえ	ほそい		

※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。

スタッフオリジナル30：6日 爽快棒 13日 SHIRIトレ 20日 歌謡ヒットダンス 27日 ひきしめお腹