

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	12:30～13:00	楽ヨガ～RAKUYOGA～	B		いわさき	いわさき	いわさき	いわさき	
	13:15～13:30	ひきしめお腹15	B		いわさき	いわさき	いわさき	いわさき	
	13:40～14:00	爽快棒	B		いわさき	いわさき	いわさき	いわさき	
	19:25～19:45	爽快棒	B		休講	ささき	ささき	みやもと	
	20:00～20:30	BC30（ボディコンバット30）	B		休講	ひろた(ゆ)	ささき	みやもと	
火	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	14:45～15:05	爽快棒	B		まつい	まつい	いわさき	まつい	
水	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	19:10～19:40	BP30（ボディパンプ30）	B		休講	ひろた(ゆ)	みやもと	みやもと	
金	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	19:30～20:15	BP45（ボディパンプ45）	A	ひろた(ゆ)	みやもと	しのざき	しのざき	ささき	
土	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	16:00～16:30	BP30（ボディパンプ30）	A	しのざき	えんどう	みやもと	みやもと	えんどう	
	16:45～17:30	BC45（ボディコンバット45）	A	まつい	ささき	ひろた(ゆ)	まつい	ひろた(ゆ)	
日	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日	31日	
	16:00～16:30	BC30（ボディコンバット30）	A	みやもと	ささき	みやもと	ひろた(ゆ)	ひろた(ゆ)	

※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。