

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	13:15~13:45	BP30 (ボディパンプ30)	B	たけだ(ち)	たけだ(ち)	たけだ(ち)	たけだ(ち)	たけだ(ち)	
	20:00~20:30	TAIKAN	B	ながやま	ながやま	みずえ	ながやま	ながやま	
	21:45~22:15	週替わりレズミルズ	A	こいし	いなみ	いなみ	いなみ	こいし	
火	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	12:35~13:20	BC45 (ボディコンバット45)	B	いなみ	いなみ	さかもと	いなみ	さかもと	
水	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	09:40~09:55	BCT (ボディコンバットテクニック)	B	さかもと	さかもと	さかもと	ますだ		
	09:55~10:25	BC30 (ボディコンバット30)	B	さかもと	さかもと	さかもと	ますだ		
	20:45~21:30	BP45 (ボディパンプ45)	A	たけだ(ち)	こいし	こいし	こいし		
金	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	09:30~10:15	BP45 (ボディパンプ45)	A	たけだ(ち)	たけだ(ち)	たけだ(ち)	たけだ(ち)		
	12:50~13:20	TAIKAN	B	きたむら	たけだ(ち)	たけだ(ち)	さかもと		
	21:40~22:10	BC30 (ボディコンバット30)	A	ますだ	みずえ	ますだ	みずえ		
土	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	12:30~13:00	SHIRIトレ	A	こいし	さかもと	みずえ	みずえ		
	15:00~15:45	BP45 (ボディパンプ45)	A	こいし	さかもと	こいし	さかもと		
	17:15~18:00	BC45 (ボディコンバット45)	A	みずえ	みずえ	みずえ	みずえ		
日	時間	レッスン	スタジオ	7日	14日	21日	28日		
	14:45~15:30	BC45 (ボディコンバット45)	A	いなみ	みずえ	さかもと	みずえ		

※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。

週替わりレズミルズ30 1日(月)ボディパンプ 8日(月)ボディコンバット 15日(月)ボディパンプ 22日(月)ボディコンバット 29日(月)ボディパンプ