

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 | 11:40～12:10 | スタッフオリジナル30 | A | でぐち | わたなべ | わたなべ | くすもと | くすもと | |
| | 20:45～21:30 | BC45（ボディコンバット45） | A | うすい | うすい | うえはら | なかにし | うすい | |
| 火 | 時間 | レッスン | スタジオ | 2日 | 9日 | 16日 | 23日 | 30日 | |
| | 16:00～16:20 | 爽快棒 | A | なかやま | なかやま | なかやま | わたなべ | なかやま | |
| 水 | 時間 | レッスン | スタジオ | 3日 | 10日 | 17日 | 24日 | | |
| | 15:00～15:20 | SHIRIトレ | B | こばやし | なかやま | こばやし | なかやま | | |
| | 15:35～15:50 | ストレッチ15 | B | こばやし | なかやま | なかい | なかやま | | |
| | 20:30～21:15 | BP45（ボディパンプ45） | A | ながい | わたなべ | つかもと | つかもと | | |
| 土 | 時間 | レッスン | スタジオ | 6日 | 13日 | 20日 | 27日 | | |
| | 12:45～13:30 | BC45（ボディコンバット45） | B | うすい | うすい | 休講 | うすい | | |
| | 13:45～14:30 | BP45（ボディパンプ45） | A | うえはら | 休講 | でぐち | でぐち | | |
| 日 | 時間 | レッスン | スタジオ | 7日 | 14日 | 21日 | 28日 | | |
| | 12:40～13:25 | BP45（ボディパンプ45） | A | うすい | うすい | うすい | うえはら | | |
| | 13:45～14:30 | BC45（ボディコンバット45） | B | こばやし | こばやし | こばやし | こばやし | | |

※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。