

2026年8月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

月	時間	レッスン	スタジオ		3日	10日	17日	24日	31日
	11:55～12:15	スタッフオリジナル	B		あいかわ	もりた	あいかわ	あいかわ	なかむら
火	時間	レッスン	スタジオ		4日	11日	18日	25日	
	11:35～11:55	爽快棒	B		あいかわ	休講	なかむら	かたやま	
	19:50～20:10	スタッフオリジナル	B		いけだ	休講	なかじま	いけだ	
	20:30～21:15	BC45（ボディコンバット45）	A		いけだ	休講	いけだ	いけだ	
水	時間	レッスン	スタジオ		5日	12日	19日	26日	
	14:50～15:35	BP45（ボディパンプ45）	A		かたやま	休講	あいかわ	あいかわ	
	15:50～16:05	ストレッチ	A		かたやま	休講	あいかわ	あいかわ	
木	時間	レッスン	スタジオ		6日	13日	20日	27日	
	13:00～13:20	SHIRIトレ	B		もりた	休講	かたやま	あいかわ	
	13:35～14:05	BC30（ボディコンバット30）	B		もりた	休講	かたやま	あいかわ	
	14:20～14:50	歌謡ヒットダンス	B		ふじた	休講	あいかわ	あいかわ	
	20:30～21:15	BP45（ボディパンプ45）	A		なかむら	休講	いけだ	もりお	
土	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	11:00～11:30	TAIKAN	A	もりた	いけだ	いけだ	いけだ	もりた	
	16:40～17:10	BC30（ボディコンバット30）	B	もりた	もりた	なかむら	かたやま	もりた	
	17:30～18:00	BP30（ボディパンプ30）	A	もりお	もりお	もりお	もりお	かたやま	
日	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	13:20～13:40	スタッフオリジナル	B	いけだ	かたやま	いけだ	いけだ	いけだ	
	14:00～14:45	BP45（ボディパンプ45）	A	いけだ	かたやま	いけだ	いけだ	いけだ	
	15:05～15:50	BC45（ボディコンバット45）	A	もりお	もりた	なかむら	もりた	いしがき	

※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。