

2026年6月度 スタッフオリジナルレッスン担当表

曜日	時間	レッスン名	場所	1日	8日	15日	22日	29日
月曜日	11:55~12:15	スタッフオリジナル20	Bスタジオ	爽快棒	ストレッチ	爽快棒	SHIRITレ（女性限定）	ストレッチ
				かたやま	かたやま	あいかわ	もりた	かたやま

曜日	時間	レッスン名	場所	2日	9日	16日	23日	30日
火曜日	14:05~14:35	スタッフオリジナル30	プール	アクアビクス入門	はじめてクロール	はじめてバタフライ	はじめて平泳ぎ	アクアビクス入門
				あいかわ	あいかわ	なかむら	あいかわ	かたやま
火曜日	19:50~20:10	スタッフオリジナル20	Bスタジオ	爽快棒	ひきしめお腹	爽快棒	ストレッチ	ひきしめお腹
				なかじま	いけだ	なかじま	もりお	いけだ

曜日	時間	レッスン名	場所	7日	14日	21日	28日	
日曜日	13:20~13:40	スタッフオリジナル20	Bスタジオ	ストレッチ	爽快棒	ストレッチ	爽快棒	
				もりお	いけだ	いけだ	いけだ	

※都合によりレッスン内容・担当者が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※テクニッククラスの場合は15分間のレッスンとなります。終了時刻が5分早くなります