

2026年5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		4日	11日	18日	25日	
		11:55~12:15	スタッフオリジナル	B		もりお	かたやま	もりた	もりた
火	時間	レッスン	スタジオ		5日	12日	19日	26日	
	11:35~11:55	爽快棒	B		かたやま	かたやま	もりた	もりお	
	19:50~20:10	スタッフオリジナル	B		休講	もりお	なかじま	いけだ	
	20:30~21:15	BC45（ボディコンバット45）	A		休講	もりお	いしがき	いけだ	
水	時間	レッスン	スタジオ		6日	13日	20日	27日	
	14:50~15:35	BP45（ボディパンプ45）	A		もりお	あいかわ	かたやま	あいかわ	
	15:50~16:05	ストレッチ	A		もりお	あいかわ	かたやま	あいかわ	
木	時間	レッスン	スタジオ		7日	14日	21日	28日	
	13:00~13:20	SHIRIトレ	B		かたやま	あいかわ	あいかわ	かたやま	
	13:35~14:05	BC30（ボディコンバット30）	B		かたやま	あいかわ	あいかわ	かたやま	
	14:20~14:50	歌謡ヒットダンス	B		かたやま	ふじた	ふじた	ふじた	
	20:30~21:15	BP45（ボディパンプ45）	A		もりお	なかむら	なかむら	なかむら	
土	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	11:00~11:30	TAIKAN	A	いけだ	いけだ	いけだ	いけだ	いけだ	
	16:40~17:10	BC30（ボディコンバット30）	B	なかむら	もりた	もりた	なかむら	いけだ	
	17:30~18:00	BP30（ボディパンプ30）	A	いけだ	いけだ	いけだ	いけだ	もりお	
日	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日	31日	
	13:20~13:40	スタッフオリジナル	B	いけだ	いけだ	なかむら	いけだ	もりお	
	14:00~14:45	BP45（ボディパンプ45）	A	いけだ	いけだ	なかむら	いけだ	もりお	
	15:05~15:50	BC45（ボディコンバット45）	A	なかむら	いしがき	もりた	もりた	いけだ	

※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。