

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	
	20:00～20:30	BC30 (ボディコンバット30)	B		休講	まるおか	まるおか	たにもと	
水	時間	レッスン	スタジオ		6日	13日	20日	27日	
	14:00～14:30	TAIKAN	B		まるおか	やまだ	やまだ	くぼ	
	20:15～21:00	BP45 (ボディパンプ45)	A		休講	はしづめ	おはら	おはら	
木	時間	レッスン	スタジオ		7日	14日	21日	28日	
	14:30～15:00	歌謡ヒットダンス	B		ばば	ばば	ばば	ばば	
	18:30～18:50	爽快棒	B		まつふじ	まつふじ	まつふじ	まつふじ	
金	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	14:15～14:45	スタッフオリジナル30	A	まるおか	あべ	まるおか	くぼ	あべ	
土	時間	レッスン	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日	
	12:00～12:30	TAIKAN	A	あべ	やまだ	ばば	くぼ	あべ	
	12:40～13:00	SHIRIトレ	A	あべ	やまだ	ばば	くぼ	あべ	
	15:30～16:15	BP45 (ボディパンプ45)	A	ばば	はしづめ	はしづめ	おはら	はしづめ	
日	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日	31日	
	13:00～13:45	BC45 (ボディコンバット45)	A	はしづめ	たにもと	はしづめ	まるおか	たにもと	
	14:00～14:30	BP30 (ボディパンプ30)	A	おはら	まるおか	おはら	はしづめ	おはら	

※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。

スタッフオリジナル 5月1日（金）ボディコンバット 5月8日（金）TAIKAN 5月15日（金）ボディパンプ 5月22日（金）TAIKAN  
5月29日（金）TAIKAN