店舗：コ・ス・パ 吹田

2026年11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		3日	10日	17日	24日	
火	10:30〜10:45	まずコレ	芝生		さとう(さ)	さとう(さ)	さとう(さ)	さとう(さ)	
	11:30〜12:00	スタッフオリジナル30	A		さとう(さ)	おおたに	ふじわら	おおたに	
	21:15〜22:00	週替わりレズミルズ	A		休講	かじた	つむら	かじた	
木	時間	レッスン	スタジオ		5日	12日	19日	26日	
	10:30〜10:45	まずコレ	芝生		おおたに	おおたに	おおたに	おおたに	
	20:15〜21:00	BP45（ボディパンプ45）	A		うめはら	かじた	かじた	うめはら	
	21:15〜21:45	BC30（ボディコンバット30）	A		つむら	ふじわら	ふじわら	ふじわら	
土	時間	レッスン	スタジオ		7日	14日	21日	28日	
	11:50〜12:35	週替わりレズミルズ	A		つむら	あきば	さとう(さ)	さとう(さ)	
日	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	13:15〜14:00	BP45（ボディパンプ45）	A	うめはら	ささき	みやもと	さとう(さ)	ささき	
	14:15〜15:00	BC45（ボディコンバット45）	A	つむら	さとう(さ)	みやもと	ふじわら	つむら	
	15:10〜15:30	爽快棒	A	かじた	よしだ	よしだ	よしだ	よしだ	

※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。

【火曜日】
スタッフオリジナル　3日・10日・24日　TAIKAN　/　17日　歌謡ヒットダンス
週替わりレズミルズ　10日・24日　BODYPUMP　/　17日　BODYCOMBAT
【土曜日】
週替わりレズミルズ　7日・21日　BODYCOMBAT /　14日・28日　BODYPUMP