

2026年9月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

火	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
	10:30～10:45	まずコレ	芝生	さとう(さ)	さとう(さ)	さとう(さ)	つむら	さとう(さ)	
	11:30～12:00	スタッフオリジナル30	A	おおたに	ふじわら	さとう(さ)	つむら	おおたに	
	21:15～22:00	週替わりレズミルズ	A	かじた	ふじわら	かじた	休講	かじた	
木	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24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	ひさくら	ふじわら	ふじわら	ふじわら		
土	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	11:50～12:35	週替わりレズミルズ	A	さとう(さ)	さとう(さ)	さとう(さ)	あきば		
日	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	13:15～14:00	BP45（ボディパンプ45）	A	うめはら	うめはら	ささき	さとう(さ)		
	14:15～15:00	BC45（ボディコンバット45）	A	つむら	つむら	ささき	さとう(さ)		
	15:10～15:30	爽快棒	A	よしだ	よしだ	かじた	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
- 1・15・29日 TAIKAN / 8・22日 歌謡ヒットダンス
- 【火曜日】週替わりレズミルズ
- 1・15・29日 BODYPUMP/ 8日 BODYCOMBAT
- 【土曜日】週替わりレズミルズ
- 5・19日 BODYCOMBAT/ 12日・26日 BODYPUMP
- 【まずコレ】