

2026年6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	1日	8日	15日	22日	29日	
月	11:45～12:15	週替わりレッスン	B	つじ	いのうえ	つじ	つじ	つじ	
	12:45～13:15	週替わりレズミルズ	A	かめい	つじ	うえだ	かめい	つじ	
	19:20～19:50	TAIKAN	B	つじ	つじ	つじ	つじ	いのうえ	
	20:50～21:20	BP30（ボディパンプ30）	A	あかし	あかし	あかし	あかし	いのうえ	
水	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	13:00～13:30	週替わりレズミルズ	A	やまだ	つじ	かめい	つじ		
木	時間	レッスン	スタジオ	4日	11日	18日	25日		
	21:00～21:30	BC30（ボディコンバット30）	A	あかし	すぎはら	やまだ	いのうえ		
金	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	12:30～13:00	BP30（ボディパンプ30）	A	かめい	うえだ	つじ	かめい		
	13:15～13:45	BC30（ボディコンバット30）	B	うえだ	つじ	すぎはら	つじ		
	14:05～14:25	SHIRIトレ	B	ひの	ひの	いのうえ	つじ		
土	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	10:30～11:00	BP30（ボディパンプ30）	A	やまだ	やまだ	つじ	つじ		
	11:15～11:45	BC30（ボディコンバット30）	A	つじ	いのうえ	すぎはら	かめい		
	12:00～12:30	TAIKAN	B	すぎはら	いのうえ	いのうえ	いのうえ		

※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。

【月曜 週替わりレッスン】1日：楽ヨガ 8日：歌謡ヒットダンス 15日：楽ヨガ 22日：歌謡ヒットダンス 29日：楽ヨガ ※
楽ヨガはボールを使用します

【月曜 週替わりレズミルズ】1日：BC30 8日：BP30 15日：BC30 22日：BP30 29日：BC30

【水曜 週替わりレズミルズ】3日：BP30 10日：BC30 17日：BP30 24日：BC30