

2026年4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 | | 6日 | 13日 | 20日 | 27日 | |
|---|-------------|-------------------|------|------|------|------|------|------|--|
| 月 | 11:45~12:15 | 週替わりレッスン | B | | つじ | つじ | つじ | いのうえ | |
| | 12:45~13:15 | 週替わりレズミルズ | A | | つじ | かめい | やまだ | つじ | |
| | 19:20~19:50 | TAIKAN | B | | つじ | つじ | つじ | すぎはら | |
| | 20:50~21:20 | BP30 (ボディパンプ30) | A | | やまだ | あかし | あかし | やまだ | |
| 水 | 時間 | レッスン | スタジオ | 1日 | 8日 | 15日 | 22日 | 29日 | |
| | 13:00~13:30 | 週替わりレズミルズ | A | つじ | つじ | かめい | かめい | すぎはら | |
| 木 | 時間 | レッスン | スタジオ | 2日 | 9日 | 16日 | 23日 | 30日 | |
| | 21:00~21:30 | BC30 (ボディコンバット30) | A | あかし | やまだ | やまだ | あかし | やまだ | |
| 金 | 時間 | レッスン | スタジオ | 3日 | 10日 | 17日 | 24日 | | |
| | 12:30~13:00 | BP30 (ボディパンプ30) | A | つじ | やまだ | やまだ | やまだ | | |
| | 13:15~13:45 | BC30 (ボディコンバット30) | B | やまだ | いのうえ | つじ | つじ | | |
| | 14:05~14:25 | SHIRIトレ | B | かめい | つじ | かめい | つじ | | |
| 土 | 時間 | レッスン | スタジオ | 4日 | 11日 | 18日 | 25日 | | |
| | 10:30~11:00 | BP30 (ボディパンプ30) | A | いのうえ | かめい | いのうえ | つじ | | |
| | 11:15~11:45 | BC30 (ボディコンバット30) | A | つじ | いのうえ | つじ | すぎはら | | |
| | 12:00~12:30 | TAIKAN | B | すぎはら | すぎはら | いのうえ | つじ | | |

※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】 6日：樂ヨガ 13日：歌謡ヒットダンス 20日：樂ヨガ 27日：歌謡ヒットダンス

【月曜 週替わりレズミルズ】 6日：BC30 13日：BP30 20日：BC30 27日：BP30

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