

4月 スタッフレッスン担当表

2024年4月19日更新

月	開始	終了	定員	1	8	15	22	29
水中ウォーキング	15:00	~ 15:30	25	白幡	白幡	白幡	白幡	
スイム4泳法	16:00	~ 16:30	12	白幡	白幡	白幡	白幡	
GRIT Strength	19:00	~ 19:30	16	岡野	岡野	岡野	北村	
UBOUND	19:50	~ 20:20	27	荒川	荒川	荒川	荒川	
BODYCOMBAT	20:45	~ 21:30	44	荒川	荒川	荒川	荒川	
水	開始	終了	定員	3	10	17	24	
HIIT	13:05	~ 13:20	30	島倉	岩崎	岩崎	岩崎	
お腹・脚ひきしめ	13:30	~ 13:45	30	島倉	岩崎	岩崎	岩崎	
ホットヨガ	18:50	~ 19:20	12	KEI	KEI	KEI	KEI	
BODYATTACK	20:00	~ 20:30	21	荒川	片岡	荒川	片岡	
GRIT Strength	20:50	~ 21:20	16	岡野	岡野	岡野	北村	
木	開始	終了	定員	4	11	18	25	
スイム4泳法	12:15	~ 12:45	12	岩崎	岩崎	岩崎	岩崎	
HIIT	14:15	~ 14:30	30	島倉	島倉	荒川	島倉	
お腹・脚ひきしめ	14:40	~ 14:55	30	島倉	島倉	荒川	島倉	
BODYPUMP	15:25	~ 16:10	39	Yuki	内村	Yuki	内村	
BODYPUMP	19:00	~ 19:45	16	内村	内村	Yuki	内村	
BODYCOMBAT	20:10	~ 20:40	21	荒川	荒川	荒川	荒川	
金	開始	終了	定員	5	12	19	26	
ホットヨガ	19:00	~ 19:30	12	平野	平野	平野	平野	
UBOUND	19:50	~ 20:35	27	三條	平野	三條	荒川	
土	開始	終了	定員	6	13	20	27	
ホットヨガ	13:30	~ 14:00	12	畠山	平野	畠山	平野	
ホットヨガ	14:30	~ 15:00	12	平野	畠山	平野	畠山	
日	開始	終了	定員	7	14	21	28	
ホットヨガ	12:30	~ 13:00	12	平野	平野	平野	平野	
BODYBALANCE	13:20	~ 14:05	34	早川	大里	早川	早川	
UBOUND	14:25	~ 15:10	30	平野	荒川	平野	平野	
ホットヨガ	14:30	~ 15:00	12	畠山	平野	KEI	畠山	
BODYCOMBAT	16:20	~ 17:05	44	荒川	荒川	荒川	荒川	

※4/29(月)は祝日スケジュールをご確認くださいませ。

※4/14(日)のBODYBALANCEは【ヨガ】にカテゴリー変更での実施となります。

告知なしに担当が変更となる場合がございます。予めご了承くださいませ。