

5月 スタッフレッスン担当表

月	開始	終了	場所	定員		6	13	20	27
コアリラックス	9:30	9:45	スタジオ2	24			寅谷	大谷	寅谷
らくトレ	10:00	10:15	スタジオ2	35			寅谷 (お腹)	大谷 (背中)	寅谷 (お腹)
らくトレ	11:20	11:35	コンディショニング エリア	5		寅谷 (お腹)	大谷 (背中)	寅谷 (お腹)	大谷 (背中)
UBOUND	21:15	21:45	スタジオ1	30		祝日	天野	天野	天野
火	開始	終了	場所	定員		7	14	21	28
らくトレ	13:00	13:15	コンディショニング エリア	5		寅谷 (お腹)	石川 (脚)	築花 (お腹)	寅谷 (お腹)
コアチャレンジ	19:00	19:15	スタジオ2	24		土屋	近藤	近藤	近藤
HIIT	19:35	19:50	スタジオ2	24		土屋	相澤	近藤	相澤
BODYPUMP	21:15	22:00	スタジオ1	30		天野	松下	松下	松下
木	開始	終了	場所	定員	2	9	16	23	30
らくトレ	10:45	11:00	コンディショニング エリア	5	犬童 (腕)	築花 (お腹)	犬童 (腕)	築花 (お腹)	犬童 (腕)
HIIT	19:15	19:30	スタジオ3	21	土屋	近藤	土屋	相澤	近藤
金	開始	終了	場所	定員	3	10	17	24	31
BODYCOMBAT (short)	13:25	13:40	コンディショニング エリア	5		松下			
UBOUND	20:10	20:55	スタジオ1	30	祝日	木村	木村	木村	天野
土	開始	終了	場所	定員	4	11	18	25	
らくトレ	10:00	10:15	スタジオ2	35	天野	木村	天野	木村	
コアチャレンジ	10:30	10:45	スタジオ2	24	天野	木村	天野	木村	
UBOUND	12:15	12:45	スタジオ1	30	天野	木村	天野	木村	

※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。
 ※祝日につきましては祝日スケジュールをご確認ください。