

5月 スタッフレッスン担当表

2024年4月25日更新

月	開始	終了	定員	6	13	20	27	
水中ウォーキング	15:00	～ 15:30	25		白幡	白幡	白幡	
スイム4泳法	16:00	～ 16:30	12		白幡	白幡	白幡	
GRIT Strength	19:00	～ 19:30	16		岡野	岡野	岡野	
UBOUND	19:50	～ 20:20	27		荒川	竹花	荒川	
BODYCOMBAT	20:45	～ 21:30	44		荒川	竹花	荒川	
水	開始	終了	定員	1	8	15	22	29
HIIT	13:05	～ 13:20	30	荒川	岩崎	岩崎	岩崎	荒川
お腹・脚ひきしめ	13:30	～ 13:45	30	荒川	岩崎	岩崎	岩崎	荒川
ホットヨガ	18:50	～ 19:20	12	KEI	KEI	KEI	KEI	KEI
BODYATTACK	20:00	～ 20:30	21	荒川	片岡	荒川	片岡	片岡
GRIT Strength	20:50	～ 21:20	16	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野
木	開始	終了	定員	2	9	16	23	30
スイム4泳法	12:15	～ 12:45	12	岩崎	岩崎	岩崎	岩崎	岩崎
HIIT	14:15	～ 14:30	30	岩崎	島倉	島倉	島倉	荒川
お腹・脚ひきしめ	14:40	～ 14:55	30	岩崎	島倉	島倉	島倉	荒川
BODYPUMP	15:40	～ 16:25	39	内村	内村	内村	内村	内村
BODYPUMP	19:00	～ 19:45	16	内村	内村	内村	荒川・内村	荒川
BODYCOMBAT	20:10	～ 20:40	21	荒川	荒川	荒川	荒川	荒川
金	開始	終了	定員	3	10	17	24	31
ホットヨガ	19:00	～ 19:30	12		平野	平野	平野	平野
UBOUND	19:50	～ 20:35	27		KEI	KEI	KEI	KEI
土	開始	終了	定員	4	11	18	25	
ホットヨガ	13:30	～ 14:00	12		畠山	平野	畠山	
ホットヨガ	14:30	～ 15:00	12		平野	畠山	平野	
日	開始	終了	定員	5	12	19	26	
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	早川	大里	山田	
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	畠山	畠山	
BODYCOMBAT	16:20	～ 17:05	44	荒川	荒川・内村	荒川	内村	

※5/3(金)、5/4(土)、5/6(月)は祝日スケジュールをご確認くださいませ。

※5/19(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。