

2026年 3月 スタッフレッスン担当表

月	開始	終了	定員	2	9	16	23	30
BODY PUMP	19:25	~ 19:55	40名	北尾	松井	細見	細見	松井
お腹ひきしめ	20:10	~ 20:25	25名	遠藤	松木	井上	井上	遠藤
脚すっきり	20:30	~ 20:45	25名	遠藤	松木	井上	井上	遠藤
水	開始	終了	定員	4	11	18	25	
UBOUND	16:05	~ 16:35	40名	藤木	藤木	藤木	藤木	
BODY PUMP	21:05	~ 21:50	40名	松井	井上	井上	細見	
木	開始	終了	定員	5	12	19	26	
UBOUND	19:10	~ 19:40	40名	藤木	藤木	藤木	藤木	
お腹ひきしめ	20:15	~ 20:30	25名	石川	石川	石川	松木	
脚すっきり	20:35	~ 20:50	25名	石川	石川	石川	松木	
金	開始	終了	定員	6	13	20	27	
HEAT-HIIT	20:40	~ 20:55	25名	遠藤	松井	祝日	松井	
日	開始	終了	定員	1	8	15	22	29
BODY PUMP	14:35	~ 15:20	40名	松井	細見	特別レッスン	井上	松井

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。