

2026年4月 スタッフレッスン担当表

月	開始	終了	定員	6	13	20	27	
Group Power	19:25	～ 19:55	40名	松井	北尾	細見	松井	
水	開始	終了	定員	1	8	15	22	29
お腹ひきしめ	15:20	～ 15:35	40名	池田	池田	池田	池田	祝日
らくトレ	20:45	～ 21:00	25名	住友	松井	石川	松井	祝日
木	開始	終了	定員	2	9	16	23	30
Essential Pilates	13:00	～ 13:45	15名	山中	山中	山中	山中	山中
Essential Pilates	20:10	～ 20:55	15名	岡本	岡本	岡本	岡本	岡本
金	開始	終了	定員	3	10	17	24	
HEAT-HIIT	20:40	～ 20:55	27名	松井	餅井	餅井	餅井	
土	開始	終了	定員	4	11	18	25	
Group Fight	16:35	～ 17:05	40名		松井		松井	
Group Power	17:25	～ 18:10	40名		松井・遠藤		細見	
日	開始	終了	定員	5	12	19	26	
Group Power	13:40	～ 14:25	40名	松井	細見	遠藤	細見	

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。