2026年11月　スタッフレッスン担当表

月	開始	終了	定員	2	9	16	23	30
Group Power	19:25	19:55	40名	松井	遠藤	松井	祝日	遠藤
水	開始	終了	定員	4	11	18	25	
お腹ひきしめ	15:20	15:35	40名	池田	池田	池田	池田	
らくトレ(1.3週お腹 2.4週脚)	20:40	20:55	25名	伊波	遠藤	伊波	伊波	
木	開始	終了	定員	5	12	19	26	
Essential Pilates	13:00	13:45	15名	山中	山中	山中	山中	
Essential Pilates	20:10	20:55	15名	岡本	岡本	岡本	岡本	
金	開始	終了	定員	6	13	20	27	
HEAT-HIIT	20:40	20:55	27名	餅井	遠藤	餅井	餅井	
日	開始	終了	定員	1	8	15	22	29
Group Power	13:40	14:25	40名	遠藤	松井	遠藤	松井	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。