

2026年 6月 レッスンスケジュール



日	月	火	水	木	金	土
	1 10:30～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師: 上田 真理 19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 多々見 絵美	2 10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師: 吉浦 美智子 15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師: 宮西 好子	3	4 10:30～(50分)定員:22 ブールAQUAZUMBA 講師: 吉浦 美智子 14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師: 伊藤 由希子 19:10～(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師: 笹島 里映子	5 10:30～(50分)定員:18 ボルドブラ 講師: 笹島 里映子 15:30～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 吉浦美智子 19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師: 野岸 靖憲	6 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師: 小野 徹平 16:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 上田 真理
7 13:00～(50分)定員:18 サークルモビリティ 講師: 吉浦美智子 14:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 吉浦美智子 15:00～(50分)定員:18 strongnation 講師: 吉浦美智子	8 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 小島 友紀 15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師: 上田 真理 19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 多々見 絵美	9 10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師: 吉浦 美智子 15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師: 宮西 好子	10	11 13:00～(50分)定員:18 パワーヨガ 講師: 尾山 亮 14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師: 伊藤 由希子 15:30～(50分)定員:18 ファイトシェイプ 講師: 尾山 亮	12 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:16 フラダンス 講師: 中浜 直美 19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師: 野岸 靖憲	13 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師: 小野 徹平
14 13:00～(50分)定員:18 サークルモビリティ 講師: 吉浦美智子 14:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 吉浦美智子 15:00～(50分)定員:18 strongnation 講師: 吉浦美智子	15 10:30～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師: 上田 真理 19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 多々見 絵美	16 10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師: 吉浦美智子 15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師: 宮西 好子	17	18 10:30～(50分)定員:22 ブールAQUAZUMBA 講師: 吉浦 美智子 14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師: 伊藤 由希子 19:10～(50分)定員:18 ボルドブラ 講師: 笹島 里映子	19 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 18:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 吉浦美智子 19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師: 野岸 靖憲	20 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師: 小野 徹平 16:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 上田 真理
21 13:00～(50分)定員:18 美BodyWave 講師: 野岸 靖憲 14:00～(50分)定員:18 strongnation 講師: 野岸 靖憲 15:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 野岸 靖憲	22 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 小島 友紀 15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師: 上田 真理 19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 多々見 絵美	23 10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師: 吉浦 美智子 15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師: 宮西 好子	24	25 10:30～(50分)定員:22 ブールAQUAZUMBA 講師: 吉浦美智子 14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師: 伊藤 由希子 19:10～(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師: 笹島 里映子	26 10:30～(50分)定員:18 ボルドブラ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:16 フラダンス 講師: 中浜 直美 19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師: 野岸 靖憲	27 10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師: 笹島 里映子 14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師: 小野 徹平 18:00～(50分)定員:22 ブールAQUAZUMBA 講師: 吉浦美智子
28 10:30～(50分)定員:16 ボールで身体すっきり 講師: 宮西 好子 11:40～(50分)定員:16 ゆるっとダンス 講師: 宮西 好子 19:10～(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師: 笹島 里映子	29 10:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師: 舟山 葵 15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師: 上田 真理 19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師: 多々見 絵美	30 10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師: 吉浦美智子 15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師: 舟山 葵 19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師: 宮西 好子				