

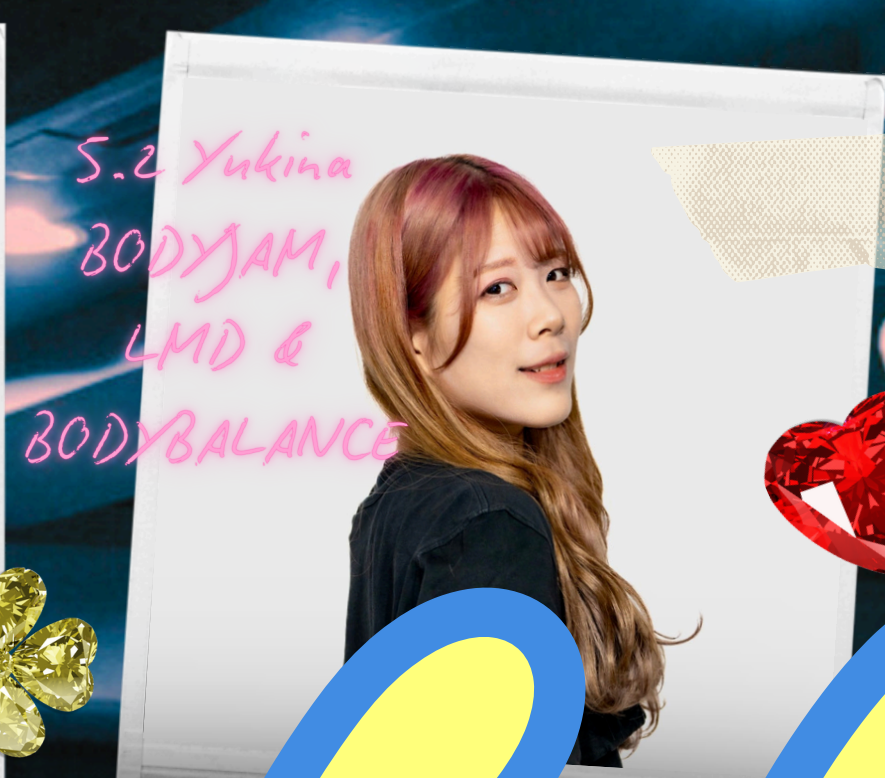


S.1
Daijiro

BODYATTACK
&
BODYCOMBAT



S.2 Chiaki
BODYCOMBAT
&
BODYBALANCE



S.2 Yukina
BODYJAM,
LMD &
BODYBALANCE



S.4 Fukami
BODYJAM

Schedule

4.30 THU-5.6 WED



S.4 Ayumi
BODYCOMBAT



S.4 Hamaiso
BODYCOMBAT



S.5 Kuriyama
BODYCOMBAT



S.5 Chisato
BODYATTACK
&
BODYCOMBAT



S.6 Hirochi
BODYSTEP,
BODYATTACK
&
BODYCOMBAT



4.30 THU~5.6 WED



4.30 THU	5.1 FRI	5.2 SAT	5.3 SUN	5.4 MON	5.5 TUE	5.6 WED
12:30-13:30 BODYATTACK SHIHORI / HARUKI	13:00-14:00 BODYATTACK DAIJIRO / HARUKI	11:45-12:45 BODYCOMBAT 1 CHIAKI / NAOKI / HARUKI	12:00-13:00 BODYCOMBAT 準備体操	11:30-12:30 BODYJAM FUKAMI / SHIHORI	11:30-12:30 BODYATTACK CHISATO / SHIHORI	12:00-13:00 BODYSTEP HIROCHI
13:50-14:50 BODYCOMBAT TSUCCHY / HARUKI	14:30-15:30 BODYCOMBAT 1 DAIJIRO	13:05-14:05 BODYBALANCE CHIAKI / NAOKI	13:30-14:30 BODYSTEP 1 玄人山	12:50-13:50 BODYCOMBAT 1 AYUMI / FUKAMI / HARUKI	12:50-13:50 BODYCOMBAT 1 KURIYAMA / HARUKI	13:30-14:30 BODYATTACK HIROCHI / HARUKI SHIHORI
15:10-15:55 LESMILLS DANCE TSUCCY / KAZUYA	16:00-17:00 BODYCOMBAT 2 DAIJIRO / YO-HE-	14:25-15:10 LESMILLS DANCE YUKINA / KAZUYA	15:00-16:00 BODYSTEP 2 滝汗山	14:10-15:10 BODYCOMBAT 2 AYUMI / KAWAMOTO	14:10-15:10 BODYCOMBAT 2 KURIYAMA / CHISATO	15:00-16:00 BODYCOMBAT HIROCHI / HARUKI
16:15-17:15 BODYJAM KAZUYA / MINA		15:30-16:30 BODYCOMBAT 2 CHIAKI / YUKI / NANA	15:00-16:00 BODYSTEP 2 愛の山	15:30-16:30 BODYCOMBAT 3 HAMAI SO / KAWAMOTO	15:30-16:30 BODYCOMBAT 3 CHISATO / KAWAMOTO	
		16:50-17:50 BODYJAM YUKINA / SHIHORI	BODYSTEP MOUNTAIN @コパンさかえ	16:50-17:50 BODYCOMBAT 4 HAMAI SO / AYUMI	16:50-17:50 BODYCOMBAT 4 KURIYAMA / KAWAMOTO	
		19:30-20:30 BODYCOMBAT 3 つのだ☆ / NIIMI		今池道場 初2 DAYS !		

4.30 THU

12:30-13:30 BODYATTACK SHIHORI / HARUKI
会費会員1,100円 (U30のみ550円) / 都度3,300円 / 会員外3,850円

13:50-14:50 BODYCOMBAT TSUCCHY / HARUKI
会費会員1,650円 (U30のみ1,100円) / 都度3,300円 / 会員外3,850円

15:10-15:55 LESMILLS DANCE TSUCCHY / KAZUYA
会費会員1,650円 (U30のみ1,100円) / 都度3,300円 / 会員外3,850円

16:15-17:15 BODYJAM KAZUYA / MINA
会費会員1,100円 (U30のみ550円) / 都度3,300円 / 会員外3,850円



2026.5.1.FRI

FIND YOUR FAVE

vol.40



SCHEDULE

13:00-14:00

BODYATTACK DAIJIRO / HARUKI

会費会員1,650円 (U30のみ1,100円)

都度3,300円 / 会員外3,850円

14:30-15:30

BODYCOMBAT① DAIJIRO

会費会員1,650円 (U30のみ1,100円)

都度3,300円 / 会員外3,850円

16:00-17:00

BODYCOMBAT② DAIJIRO / YO-HE-

会費会員1,650円 (U30のみ1,100円)

都度3,300円 / 会員外3,850円

DAIJIRO



2026.5.2.SAT

FIND YOUR FAVE

vol.41



CHIAKI



YUKINA

SCHEDULE

11:45-12:45 BODYCOMBAT①
CHIAKI / NAOKI / HARUKI

13:05-14:05 BODYBALANCE
CHIAKI / NAOKI

14:25-15:10 LESMILLS DANCE
YUKINA / KAZUYA

15:30-16:30 BODYCOMBAT②
CHIAKI / YUKI / NANA

16:50-17:50 BODYJAM
YUKINA / SHIHORI

19:30-20:30 BODYCOMBAT③
TSUNODA☆ / NIIMI

料金 (各クラス)

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円
都度3,300円 / 会員外3,850円

2026.5.3.SUN

@コパンスポーツクラブさかえ

LES MILLS BODYSTEP Mountain 4

PRESENTED BY



SCHEDULE

12:00-13:00

BODYCOMBAT～準備体操～

NORISUKE / HIROHASHI / YUIKO

TSUNODA☆ / YO-HE-

会費会員2,200円 / 都度・会員外4,400円

13:30-14:30

BODYSTEP①～玄人山～

AKKO / NORISUKE

会費会員2,200円 / 都度・会員外4,400円

15:00-16:00

BODYSTEP②～滝汗山～

YUIKO / NAOKI / SHIHORI

会費会員2,200円 / 都度・会員外4,400円

16:30-17:30

BODYSTEP③～愛の山～

AKKO / NORISUKE / HIROHASHI

会費会員2,200円 / 都度・会員外4,400円

チケット販売など詳細は別途ご案内いたします。

2026.05.04.MON

THE **IMAIKE**

DOJO

DAY 1



深見



あゆみ



濱磯



川本

時間割

11:30-12:30 BODYJAM～朝稽古～

FUKAMI / SHIHORI

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円
都度3,300円 / 会員外3,850円

12:50-13:50 BODYCOMBAT 壺

AYUMI / FUKAMI / HARUKI

U30 1,650円 / 全活2,200円 / 朝・夜活3,300円
都度3,850円 / 会員外4,400円

14:10-15:10 BODYCOMBAT 式

AYUMI / KAWAMOTO

U30 2,200円 / 全活2,750円 / 朝・夜活3,850円
都度4,400円 / 会員外4,950円

15:30-16:30 BODYCOMBAT 参

HAMAIISO / KAWAMOTO

U30 2,200円 / 全活2,750円 / 朝・夜活3,850円
都度4,400円 / 会員外4,950円

16:50-17:50 BODYCOMBAT 肆

HAMAIISO / AYUMI

U30 2,200円 / 全活2,750円 / 朝・夜活3,850円
都度4,400円 / 会員外4,950円

2026.05.05.TUE

THE **IMAIKE**

DOJO

DAY 2



ちさと



栗山



原

時間割

11:30-12:30 BODYATTACK～朝稽古～

CHISATO / SHIHORI

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円

都度3,300円 / 会員外3,850円

12:50-13:50 BODYCOMBAT 壱

KURIYAMA / HARUKI

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円

都度3,300円 / 会員外3,850円

14:10-15:10 BODYCOMBAT 弐

KURIYAMA / CHISATO

U30 1,650円 / 全活2,200円 / 朝・夜活3,300円

都度3,850円 / 会員外4,400円

15:30-16:30 BODYCOMBAT 参

CHISATO / KAWAMOTO

U30 2,200円 / 全活2,750円 / 朝・夜活3,850円

都度4,400円 / 会員外4,950円

16:50-17:50 BODYCOMBAT 肆

KURIYAMA / KAWAMOTO

U30 2,200円 / 全活2,750円 / 朝・夜活3,850円

都度4,400円 / 会員外4,950円

VOL.02

FAVE IS BACK

HIROCHI

2026.05.6.WED



SCHEDULE

12:00-13:00

BODYSTEP

HIROCHI

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円
都度3,300円 / 会員外3,850円

13:30-14:30

BODYATTACK

HIROCHI / SHIHORI / HARUKI

U30 1,650円 / 全活2,200円 / 朝・夜活3,300円
都度3,850円 / 会員外4,400円

15:00-16:00

BODYCOMBAT

HIROCHI / HARUKI

U30 1,100円 / 全活1,650円 / 朝・夜活2,750円
都度3,300円 / 会員外3,850円



ご予約について



- ご予約は2週間前の0時からです。
<https://airrsv.net/youphoria/calendar>
(※5月3日のみ予約日、予約サイトが異なりますので別途案内をご確認ください。)
- 予約後のキャンセルは原則不可とさせていただきます。
(※どうしても来られなくなってしまった場合はお早めにご連絡ください。キャンセル料は参加料金の100%です。)
- 会費会員様は回数券もご利用いただけます。