

# 2025年Q4ライブワークショップスケジュール

【申込期間】

11月12日（水）9:00～12月1日（月）※SHINE登録インストラクターは11月24日（月）まで

【参加費用】

5,830円（税込）

【詳細】

- 研修は各プログラムのマスタークラスとエデュケーション（30分）の順番で実施します。
- すべてのワークショップにて当日定員まで空きがあれば、マスタークラスに限りご参加いただけます。

参加条件

- ・実施プログラムのライセンスをお持ちでなく、且つ当日その会場のライブWSに参加申込みをしているインストラクター様対象。
- ・参加希望の方は当日受付で申し出てください。
- ・既に定員の場合はご参加できかねますこと、ご了承ください。

【ご一読ください】

- 当日は必ず受付をお済ませの上、ワークショップにご参加ください。

受付をお済ませでない場合は当日キャンセルとなり、全額を請求させていただきます（タッチポイントの付与もございません）

【キャンセルについて】

- 定員数に限りがあるため、お申し込み後のキャンセルは原則承っておりません。

やむを得ない事情によりキャンセルをご希望の場合は、info.japan@lesmills.comまでご相談ください。

なお、当日キャンセルにつきましては、いかなる理由でも全額を請求させていただきます。

（タッチポイントの付与もございません。）

## ライブワークショップ情報

すべてのクオータリーウークショップにて当日定員まで空きがあれば、マスタークラスに限り受講いただけます。

参加条件

実施プログラムのライセンスをお持ちでなく、且つ当日その会場のライブWSに参加申込みをしているインストラクター様対象。

参加希望の方は当日受付で申し出てください。

既に定員の場合はご参加できかねますこと、ご了承ください。

要  
チェック!!

### ライブワークショップ参加メリット

- ・マスタークラスに参加できる。
- ・他インストラクターとの繋がりができる。
- ・研修を受けて不明点を直接質問することができる。
- ・見逃した、聞き逃した場合も、日本人マスタークラスの映像及びエデュケーション動画を後日受け取ることができます。
- ・ストレッチスペースにてWS中、座談会を行います。
- ・自由に出入りいただき、インストラクターやトレーナーと日ごろの疑問や質問、情報共有の場にしましょう！

## ライセンス保持条件

本認定を取得したインストラクターは、以下のライセンス保持条件があります。

- ・3か月毎に配信されるニューリリースのミュージックキットを購入する
- ・毎年1月1日～12月31までの間にタッチポイント2ポイント取得必須  
タッチポイントはワークショップ、LMOビデオ提出で取得できます(1回につき1ポイント)  
条件に満たない場合は、翌年1月または2月に過去WS録画データを購入いただきます。

### 申込完了後はLes Mills Connectで内容をご確認ください！

ワークショップ及びイニシャルモジュールへお申込完了後、クラブ及びインストラクターLes Mills Connectにて申込内容をご確認いただけます。

完了しているかどうか、今一度お確かめいただきますようよろしくお願ひいたします。

なお、オンラインワークショップのZOOMリンク先は開催1週間前に表示されます。リンクよりご参加いただけますようよろしくお願ひいたします。

クラブ用 Les Mills Connectサイト

Les Mills Connect申込方法

インストラクター用 Les Mills Connect

ワークショップの詳細見方

# 2025年Q4 ライブワークショップスケジュール ※受付は研修開始30分前から！

日程	施設名	Studio	定員	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
2025/12/11 (木)	イトマン スポーツスクエア南柏 (千葉)	A	60 (40)		10:00~11:40 <b>BODYPUMP</b> Soushi/Sho		12:00~13:40 <b>BODYCOMBAT</b> Mai/Ryosuke		14:00~15:40 <b>BODYJAM</b> Marina/Gackey		16:00~17:40 <b>BODYATTACK</b> Manami/Kenta.T		
		B	40		10:15~11:40 LES MILLS DANCE Marina			バンドはご自身で ご用意ください。	14:15~15:25 LES MILLS CORE Harry		16:00~17:40 <b>BODYBALANCE</b> Taeko		
2025/12/11 (木)	エイムスクエアゲート (名古屋)	A	60		10:00~11:40 <b>BODYATTACK</b> Shin		12:00~13:40 <b>BODYPUMP</b> Hiroshi		14:00~15:40 <b>BODYCOMBAT</b> Shin		16:00~17:40 <b>BODYBALANCE</b> Kossi/Mana		
		B	30		10:00~11:40 <b>BODYJAM</b> Chie.N				14:00~15:25 LES MILLS DANCE Chie.N				
2025/12/12 (金)	Studio TRIVE (大阪)	1	45 (30)		10:00~11:40 <b>BODYPUMP</b> Atsushi		12:00~13:40 <b>BODYCOMBAT</b> Shin/Katsuto		14:00~15:40 <b>BODYATTACK</b> Toya		16:00~17:40 <b>BODYJAM</b> Yushi		
		2	30 (25)						14:00~15:25 LES MILLS DANCE Saaya		16:00~17:40 <b>BODYBALANCE</b> Kossi/Yukiya		
2025/12/12 (金)	ジェクサー・ フィットネス & スパ24川崎 (神奈川)	A	30		10:00~11:40 <b>BODYJAM</b> Anna/Reiki		12:00~13:40 <b>BODYPUMP</b> Ayako/Soushi		14:00~15:25 LES MILLS DANCE Anna				
		B	45		10:00~11:40 <b>BODYCOMBAT</b> Kenshin		12:00~13:40 <b>BODYATTACK</b> Mina		14:00~15:40 <b>BODYBALANCE</b> Taeko				
		cycle	35		10:00~11:20 THE TRIP Maki		12:00~13:25 RPM Maki						
2025/12/20 (土)	グラン・スポール上杉 (宮城)	1	35 (20)		10:00~11:40 <b>BODYATTACK</b> Rikuo		12:00~13:40 <b>BODYPUMP</b> Hiroshi		14:00~15:40 <b>BODYCOMBAT</b> Kenshin/Hiroki		16:00~17:40 <b>BODYJAM</b> Anna		
		2	25				12:00~13:25 LES MILLS DANCE Anna			バンドはご自身で ご用意ください。	16:30~17:40 LES MILLS CORE Kenshin		

●お申込みのお間違いを防ぐため右記リンクボタンよりお申込み方法をご確認ください。

●SHINEインストラクターは別途お申込フォームをお送りいたします。

## 2025年Q4 オンラインワークショップスケジュール

【申込期間】

11月12日（水）9:00～12月1日（月）※SHINE登録インストラクターは11月24日（月）まで

【参加費用】

5,830円（税込）

【お申し込み方法】

●SHINEインストラクター：別途お申込フォームをお送りいたします。

●クラブ所属インストラクター：クラブ用Les Mills Connectにログイン→左タブのトレーニングスケジュールより、「イベント&トレーニングを検索する」を選択

①オンラインで視聴ができる（オンラインで視聴しなくとも後日録画データ配信）申込期限：11月12日（水）9:00～12月1日（月）※SHINE登録インストラクターは11月24日（月）まで

**251215-1217 Q4オンラインワークショップ**：3日間のオンラインWS、全プログラムが左記イベントに含まれます。

>> オンライン研修当日にリアルタイムでの視聴参加が可能です。当日参加できなくとも、お申込みいただいたプログラムのタッチポイントは1ポイント付与されます。

>> 開催1週間前後にインストラクターConnectにてZOOMリンク先が確認できます。ログイン→左タブの「トレーニングスケジュール」より「登録済みイベント&トレーニング」を開く。

>> 申込締切り後（12月2日以降）のキャンセルはいかなる理由でも出来かねますので予めご了承ください。

②申込み忘れた！という方も、まだ間に合います！録画データの購入申込期限：12月2日（火）～12月15日（月）※SHINE登録インストラクターは11月25日（火）～12月1日（月）まで

>> オンライン研修当日に視聴は出来ません。後日データのリンクをお送りします。録画データの送付は研修実施終了後となりますため、12月26日（金）以降を予定しております。

>> 2025Q4オンラインワークショップ録画データ購入という項目が、12月2日以降Les Mills Connectに表示されますので、そちらよりお申し込みください。

●お申込みのお間違いを防ぐため下記リンクボタンよりお申込み方法をご確認ください。

[クラブ用 Les Mills Connectサイト](#)

[インストラクター用 Les Mills Connect](#)

[Les Mills Connect申込方法](#)

[ワークショップの詳細見方](#)

日程		10	11	12	13	14	15	16
オンライン	2025/12/15 （月）		11:15-12:00 BODYPUMP Atsushi		12:30-13:15 BODYCOMBAT Kenta/Yuta		13:45-14:30 LES MILLS CORE Kenshin	16:15-17:00 LES MILLS GRIT Haruki
オンライン	2025/12/16 （火）		11:15-12:00 LES MILLS DANCE Anna		12:30-13:15 BODYATTACK Naoya		13:45-14:30 RPM Maki	16:15-17:00 THE TRIP Maki
オンライン	2025/12/17 （水）		11:15-12:00 BODYBALANCE Taeko		12:30-13:15 LES MILLS TONE Manami		13:45-14:30 BODYSTEP Kie	