

## 2026年Q1 ライブワークショップスケジュール

【申込期間】	2月12日（木）9:00～3月1日（日）※SHINE登録インストラクターは2月23日（月）まで
【参加費用】	5,830円（税込）
【詳細】	<p>●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。</p> <p>●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。</p> <p>参加条件</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・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。</li><li>・参加希望の方は当日受付で申し出てください。</li><li>・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。</li></ul>
【ご一読ください】	<p>●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。</p> <p>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）</p>
【キャンセルについて】	<p>●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。</p> <p>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。</p> <p>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。）</p>

### ライブワークショップ情報

すべてのクォーター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に参加申し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。

#### 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日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、LMQ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けます。

### 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いいたします。  
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いいたします。

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

### LES MILLS YOGA トライアルクラスに参加しよう！

スケジュールにあるLES MILLS YOGAのクラスは無料体験できるクラスです。参加をご希望の場合は受付にてお申し付けください。クラブ関係者の方は、事前に info.japan@lesmills.com までご予約ください。

# 2026年Q1 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
2026/3/13 (金)	ジェクサー・ フィットネス&スパ上野 (東京)	CORE	60 (42)		10:00~11:40 <b>BODYCOMBAT</b> Kenshin/Yuji		12:00~13:40 <b>BODYATTACK</b> Mina		14:00~15:40 <b>BODYPUMP</b> Ayako/Soushi		16:00~17:40 <b>BODYBALANCE</b> Yukiya		
		TRUSS	24 (18)				12:00~13:40 <b>BODYJAM</b> Anna/Reiki		14:15~15:40 LES MILLS DANCE Anna				
		CHAIN	20		10:00~11:20 <b>THE TRIP</b> Maki		12:00~13:25 RPM Maki						
2026/3/13 (金)	Studio TRIVE (大阪)	1	45 (30)		10:00~11:40 <b>BODYPUMP</b> Atsushi		12:00~13:40 <b>BODYCOMBAT</b> Katsuto/Shin		14:00~15:40 <b>BODYATTACK</b> Toya		16:00~17:40 <b>BODYJAM</b> Yushi		
		2	30 (25)	3月13日 (金) Studio TRIVE 12:00~12:30 LES MILLS YOGA HATHA 12:45~13:15 LES MILLS BREATH			LES MILLS YOGA	LES MILLS YOGA	無料体験	14:00~15:25 LES MILLS DANCE Saaya		16:00~17:40 <b>BODYBALANCE</b> Kossi	
2026/3/13 (金)	エイムフェイス (石川)	A	40		10:00~11:40 <b>BODYCOMBAT</b> Mai/Chie		12:00~13:40 <b>BODYPUMP</b> Hiroshi		LES MILLS YOGA	LES MILLS YOGA	15:30~17:10 <b>BODYBALANCE</b> Mana		
		B	15			無料体験	LES MILLS YOGA	LES MILLS YOGA	無料体験			3月13日 (金) エイムフェイス 12:15~12:45 LES MILLS YOGA HATHA 13:00~13:30 LES MILLS YOGA YIN 14:00~14:30 LES MILLS YOGA VINYASA 14:45~15:15 LES MILLS BREATH	
2026/3/16 (月)	ジェクサー・ フィットネス&スパ赤羽 (東京)	A	50		10:00~11:40 <b>BODYATTACK</b> Manami		12:00~13:40 <b>BODYCOMBAT</b> Ryosuke/Ken		14:00~15:40 <b>BODYPUMP</b> Soushi/Sho	3月16日 (月) ジェクサー・フィットネス&スパ 赤羽 12:15~12:45 LES MILLS YOGA HATHA 13:00~13:30 LES MILLS YOGA YIN			
		B	45		10:00~11:40 <b>BODYBALANCE</b> Taeko		無料体験	LES MILLS YOGA	LES MILLS YOGA	14:00~15:25 LES MILLS DANCE Marina		16:00~17:40 <b>BODYJAM</b> Marina	

LES MILLS YOGA トライアル  
クラス開催！  
クラブ関係者、インストラ  
クターであれば参加OK!  
参加を希望する場合は受付  
にてお知らせください。

# 2026年Q1 オンラインワークショップスケジュール

【申込期間】 2月12日（木）9:00～3月1日（日）※SHINE登録インストラクターは2月23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：2月12日（木）9:00～3月1日（日）※SHINE登録インストラクターは2月23日（月）まで

**260316-18 Q1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（3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：3月2日（月）～3月15日（日）※SHINE登録インストラクターは2月24日（火）～3月2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、3月26日（木）以降を予定しております。

>> 2026Q1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、3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	2026/3/16 (月)			12:30-13:15 BODYATTACK Teppy		13:45-14:30 LES MILLS CORE Harry	15:00-15:45 LES MILLS GRIT Haruki	
オンライン	2026/3/17 (火)	10:00-10:45 BODYBALANCE Taeko		12:30-13:15 BODYCOMBAT Saku/Kenta		13:45-14:30 BODYPUMP Atsushi	15:00-15:45 LES MILLS DANCE Yushi	
オンライン	2026/3/18 (水)	10:00-10:45 BODYJAM Chie	11:15-12:00 SPRINT Maki	12:30-13:15 RPM Maki		13:45-14:30 THE TRIP Maki	15:00-15:45 BODYSTEP Kie	16:15-17:00 LES MILLS TONE Toya