



エル・スポーツ彦根 12月 日祝レッスンスケジュール



12月1日(日)		12月8日(日)		12月22日(日)		12月29日(日)	
スタジオ		スタジオ		スタジオ		スタジオ	
11:00						11:00~11:30 令和元年最後の かんたんSTEP! 林 30	11:00
	11:15~12:00 GROUP POWER 辻阪 45		12:00~12:45 エンジョイエアロ 沢田 45		12:15~13:15 ボウスプリングヨガ 沢田 60		11:45~12:30 令和元年最後の16DIET 林 45
12:00							
	12:15~13:00 GROUP FIGHT 鈴木 45		13:00~13:45 トータルコンディショニング 沢田 45		13:30~14:00 かんたんエアロ 高橋 30		
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
	静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ 30		静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ 30		静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ 30		静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ 30
17:00							
	プール 16:45~ 熱波浴 15		プール 16:45~ 熱波浴 15		プール 16:45~ 熱波浴 15		プール 16:45~ 熱波浴 15

15日、30、31日は施設点検休館日となります。

NEW
インストラクター
デビュー

特別営業日
10:00~18:00
全会員種別
利用可能日!
皆で今年最後の
スタジオを盛り
上げましょう!