

# エル・スポーツ彦根 Aスタジオ 5月 日祝レッスンスケジュール

5月3日(金)		5月4日(土)		5月5日(日)	5月6日(月)		5月12日(日)	5月19日(日)	5月26日(日)
スタジオ	プール	スタジオ	静なるスタジオ	スタジオ	スタジオ	プール	スタジオ	スタジオ	スタジオ
			10:10~10:40 リラックス アロマストレッチ		10:15~10:30 ひめトレ				
11:00	10:45~11:15 ボル・ド・ブラ 沢田			10:45~11:30 エンジョイエアロ 沢田	10:40~11:10 ピラティス ATSUKO				11:00~11:30 リラクゼーションヨガ ATSUKO
	11:00~11:30 水泳ワンポイント								
12:00	11:30~12:15 ZUMBA kyathy☆	11:30~12:00 ダイエットヨガ 宮氏	プール	11:40~12:10 Tone 沢田	11:25~11:55 エンジョイエアロ ATSUKO		11:40~12:00 ローラーストレッチ	11:40~12:00 ローラーストレッチ	11:40~12:25 エンジョイエアロ ATSUKO
		12:10~12:55 Tone 中嶋					12:15~12:45 TEAM TRAINING 石田	12:15~12:45 UBOUND 宮武	
13:00	12:25~13:10 チャレンジエアロ ATSUKO		12:40~13:10 アクアピクス 宮氏		12:15~13:00 TEAM TRAINING 宮武				
		13:10~13:40 Cardio 中嶋	13:25~ 熱波浴						
14:00	13:20~14:05 トータル コンディショニング 沢田				13:15~14:00 リフレッシュヨガ 沢田				
		13:55~14:40 かんたんSTEP 沢田							
15:00	14:20~14:50 UBOUND 宮武				14:15~14:45 ボル・ド・ブラ 沢田				
		14:50~15:35 はじめて ストリートダンス chie							
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			静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ	静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ	静なるスタジオ 15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ
				プール 16:45~ 熱波浴			プール 16:45~ 熱波浴	プール 16:45~ 熱波浴	プール 16:45~ 熱波浴
営業時間: 10:00~20:30		営業時間: 10:00~20:30			営業時間: 10:00~20:30				

5月の施設点検休館日は15日・31日です。

Bスタジオレッスンスケジュールは別紙にてご確認ください。

<施設営業時間のご案内> 月~金/10:00~22:30 土曜日/10:00~21:30 日曜日/10:00~18:30 祝日/10:00~20:30

# エル・スポーツ彦根 Bスタジオ 5月 日祝レッスンスケジュール

		5月5日(日)	5月12日(日)	5月の施設点検休館日は15日・31日です。		5月19日(日)	5月26日(日)
		スタジオ	スタジオ			スタジオ	スタジオ
11:00	<p>3日(金)・6日(月)の19時以降の Bスタジオレッスンは休講となります。 それ以外のレッスンは通常通り 開講致します。 また、4日(土)は通常通り 開講致します。 レギュラーレッスンスケジュール をご覧ください。</p>	10:30~11:15 GROUP BLAST45 映像プログラム	10:30~11:00 GROUP CORE 映像プログラム			10:30~11:15 GROUP FIGHT45 映像プログラム	10:30~11:00 GROUP CORE 映像プログラム
12:00		11:25~12:10 GROUP GROOVE45 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			11:25~12:10 GROUP BLAST45 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP FIGHT45 映像プログラム
13:00		12:20~13:05 GROUP FIGHT45 映像プログラム	12:05~12:50 GROUP BLAST45 映像プログラム			12:20~13:05 GROUP GROOVE45 映像プログラム	12:05~12:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム
14:00		13:35~14:05 GROUP CORE 映像プログラム	13:20~14:05 GROUP GROOVE45 映像プログラム			13:35~14:05 GROUP CORE 映像プログラム	13:20~14:05 GROUP BLAST45 映像プログラム
15:00		14:15~15:00 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	14:15~15:00 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			14:15~15:00 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	14:15~15:00 GROUP GROOVE45 映像プログラム
16:00		15:10~15:55 GROUP GROOVE45 映像プログラム	15:10~15:40 GROUP CORE 映像プログラム			15:10~15:55 GROUP BLAST45 映像プログラム	15:10~15:40 GROUP CORE 映像プログラム
17:00		16:05~16:50 GROUP BLAST45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP FIGHT45 映像プログラム			16:05~16:50 GROUP FIGHT45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム

Aスタジオレッスンスケジュールは別紙にてご確認ください。

<施設営業時間のご案内> 月~金/10:00~22:30 土曜日/10:00~21:30 日曜日/10:00~18:30 祝日/10:00~20:30