

# エル・スポーツ彦根

## 2月 日祝レッスンスケジュール

2月7日(日)		2月11日(木)		2月14日(日)		2月21日(日)		2月23日(火)		2月28日(日)	
スタジオ		スタジオ	プール	スタジオ		スタジオ		スタジオ	プール	スタジオ	
11:00		10:20~10:50 バレトン 林 30						10:35~11:05 かんたんエアロ 石田 30		11:00~11:30 はじめて水泳 30	
12:00	12:00~12:20 ローラーストレッチ 20	11:00~11:30 かんたんエアロ 林 30	11:00~11:30 ツールアクア 石田 30					11:20~12:05 ボウズプリングヨガ初級 ATSUKO 45			12:00~12:20 ローラーストレッチ 20
13:00	12:35~13:05 UBOUND 宮武 30	11:45~12:15 ポル・ド・ブラ ATSUKO 30	11:45~ 熱波浴 15			12:35~13:20 GROUP FIGHT 辻阪 45		12:15~12:45 ピラティス 沢田 30			
14:00		12:30~13:15 ベリーエクササイズ ATSUKO 45		13:15~13:45 バレトン 林 30				13:00~13:45 チャレンジエアロ 沢田 45		13:15~13:45 バレトン 林 30	
15:00		13:30~14:15 エンジョイSTEP 沢田 45	13:30~14:00 水泳ワンポイント 30		14:00~14:45 リンパドレナージュ 林 45				13:30~14:00 ツールアクア 石田 30	14:00~14:45 リンパドレナージュ 林 45	
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	14:25~14:55 かんたんエアロ ATSUKO 30	14:15~ 熱波浴 15			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	営業時間: 10:00~20:30		プール 16:45~ 熱波浴 15		プール 16:45~ 熱波浴 15		営業時間: 10:00~20:30		プール 16:45~ 熱波浴 15	

<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 祝祭日/10:00~20:30