

エル・スポーツ彦根 9月 日祝レッスンスケジュール

9月5日(日)		9月12日(日)		9月19日(日)		9月20日(月)		9月23日(木)		9月26日(日)	
スタジオ		スタジオ		スタジオ		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	
11:00											11:00
	11:30~12:00 バレトン 林			11:30~12:00 かんたんエアロ 三宅		11:25~11:55 UBOUND ATSUKO		10:20~10:50 バレトン 林		11:00~11:30 ツールアクア 石田	
12:00		12:00~12:45 ストリートダンス YUCO						11:45~12:15 ボル・ド・ブラ ATSUKO	11:45~ 熱波浴		12:00
	12:10~12:55 リンパドレナージュ 林			12:15~13:00 機能改善ヨガ 三宅		12:15~13:00 GROUP POWER 宮武		12:30~13:15 ベリーエクササイズ ATSUKO			13:00
13:00		13:00~13:20 ローラーストレッチ								13:00~13:30 かんたんエアロ 林	13:00
						13:15~14:00 リフレッシュヨガ 沢田		13:30~14:15 エンジョイSTEP 沢田	13:30~14:00 水泳ワンポイント	13:40~14:25 リンパドレナージュ 林	14:00
14:00								14:15~14:45 バレトン 林	14:15~ 熱波浴		14:00
											15:00
15:00						14:55~15:40 リンパドレナージュ 林		14:25~14:55 かんたんエアロ ATSUKO			15:00
	15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ	15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ		15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ				15:05~15:50 GROUP FIGHT 古田		15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ	16:00
16:00											16:00
	16:45~ 熱波浴	16:45~ 熱波浴		16:45~ 熱波浴		営業時間: 10:00~20:30		営業時間: 10:00~20:30		16:45~ 熱波浴	

9月の施設点検休館日は15日・30日です。

<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