

# エル・スポーツ彦根

## 8月 日祝レッスンスケジュール

8月7日(日)		8月11日(木)		8月16日(火)		8月21日(日)		8月28日(日)	
	スタジオ	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	スタジオ		
11:00		10:20~10:50 バレトン 林		10:50~11:20 かんたんエアロ 石田					11:00
	11:00~11:30 かんたんエアロ 林	11:00~11:30 かんたんエアロ 林	11:00~11:30 ツールアクア 石田						
12:00	11:40~12:25 リンパドレナージュ 林	11:45~12:15 ポール・ド・ブラ ATSUKO	11:45~ 熱波浴	11:35~12:05 ローラーエクササイズ 石田		11:30~12:00 かんたんエアロ 三宅		11:30~12:00 エンジョイエアロ ATSUKO	12:00
		12:30~13:15 ベリーエクササイズ ATSUKO		12:20~12:50 ピラティス 沢田		12:15~13:00 機能改善ヨガ 三宅		12:15~13:00 Tone ATSUKO	13:00
14:00		13:30~14:15 エンジョイSTEP 沢田	13:30~14:00 水泳ワンポイント	13:00~13:45 チャレンジエアロ 沢田	13:30~14:00 ツールアクア 石田				14:00
		14:25~14:55 Tone ATSUKO	14:15~ 熱波浴		14:15~ 熱波浴				15:00
16:00	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	16:00
	プール	営業時間: 10:00~20:00		営業時間: 10:00~20:00		プール	プール		
	16:45~ 熱波浴					16:45~ 熱波浴	16:45~ 熱波浴		

8月の施設点検休館日は12・15日・31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