

エル・スポーツ彦根 Aスタジオ 4月 日祝レッスンスケジュール

4日7日(日)		4月14日(日)		4月21日(日)		4月28日(日)		4月29日(月)	
スタジオ		スタジオ		スタジオ		スタジオ		スタジオ	プール
11:00								10:40~11:10 ピラティス ATSUKO	
12:00		11:45~12:15 かんたんエアロ 三宅		11:40~12:00 ローラーストレッチ		11:00~11:45 ZUMBA kyathy☆		11:25~11:55 エンジョイエアロ ATSUKO	
13:00		12:30~13:15 機能改善ヨガ 三宅		12:10~12:40 TEAM TRAINING 石田		11:55~12:25 整いヨガ kyathy☆		12:15~13:00 TEAM TRAINING 宮武	
14:00	14:00~14:30 ポル・ド・ブラ 沢田					呼吸に意識を向けて 無理のない ゆったりとしたポーズで 心身を整えるヨガです。 ヨガが初めての方でも 参加しやすいクラスです。 定員:25名		13:15~14:00 リフレッシュヨガ 沢田	
15:00	14:40~15:25 ヨガ 沢田						14:15~14:45 バレトン 林		14:55~15:40 リンパドレナーージュ 林
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		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		プール 16:45~ 熱波浴	営業時間:10:00~20:30	

4月の施設点検休館日は15日・30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 4月 日祝レッスンスケジュール

	4月7日(日)	4月14日(日)	4月21日(日)	4月28日(日)	
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	
11:00	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	10:30~11:15 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	10:30~11:00 GROUP CORE 映像プログラム	<p style="text-align: center;">29日(月)の19時以降の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に開講致します。 Bスタジオレギュラーレッスンスケジュールを ご覧ください。</p>
12:00	11:25~12:10 GROUP BLAST45 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP GROOVE45 映像プログラム	11:25~12:10 GROUP FIGHT45 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	
13:00	12:20~13:05 GROUP GROOVE45 映像プログラム	12:05~12:50 GROUP FIGHT45 映像プログラム	12:20~13:05 GROUP BLAST45 映像プログラム	12:05~12:50 GROUP BLAST45 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 BLAST45 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 FIGHT45 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 FIGHT45 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 BLAST45 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 GROOVE45 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 FIGHT45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP GROOVE45 映像プログラム	16:05~16:50 GROUP BLAST45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	

4月の施設点検休館日は15日・30日です。

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