

エル・スポーツ彦根 Aスタジオ 12月 日祝レッスンスケジュール

12月1日(日)		12月8日(日)		12月の施設点検休館日は15日・30日・31日です。	12月22日(日)		12月29日(日)		
スタジオ		スタジオ			スタジオ		スタジオ		
11:00								10:30~11:00 かんたんエアロ 三宅	11:00
12:00						11:40~12:00 ローラーストレッチ		11:15~12:00 機能改善ヨガ 三宅	12:00
13:00						12:15~12:45 TEAM TRAINING 大塚		12:15~13:00 GROUP FIGHT 森田	13:00
14:00	14:00~14:30 ポル・ド・ブラ 沢田	13:30~14:00 ストレッチ体操	14:10~14:55 バレエワークアウト 三岳						14:00
15:00	14:40~15:25 ヨガ 沢田								15:00
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			16:00
	プール 16:45~ 熱波浴	プール 16:45~ 熱波浴			プール 16:45~ 熱波浴				

29日は特別営業日のため、営業時間は

10:00~18:00です。

Bスタジオレッスンスケジュールは裏面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 12月 日祝レッスンスケジュール

12月1日(日)		12月8日(日)		12月の施設点検休館日は15日・30日・31日です。	12月22日(日)		12月29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 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	11:00	
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 GROOVE45 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP FIGHT45 映像プログラム	12:00	
13:00	12:20~13:05 GROUP CENTERGY45 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 CENTERGY45 映像プログラム	12:05~12:50 GROUP BLAST45 映像プログラム	13:00	
14:00	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			13:35~14:05 GROUP CORE 映像プログラム	13:20~14:05 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	14:00	
15:00	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			14:15~15:00 GROUP BLAST45 映像プログラム	14:15~15:00 GROUP FIGHT45 映像プログラム	15:00	
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	16:00	
17:00	16:05~16:50 GROUP GROOVE45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			16:05~16:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP GROOVE45 映像プログラム	17:00	

Aスタジオレッスンスケジュールは裏面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