

エル・スポーツ彦根 Aスタジオ
6月 日祝レッスンスケジュール

6日1日(日)		6月8日(日)		6月の施設点検休館日は15日・30日です。	6月22日(日)		6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	10:45~11:15 エンジョイエアロ 石田	11:30~12:00 ポル・ド・ブラ 沢田		12:15~12:45 TEAM TRAINING(体幹) 石田	13:00~13:30 ストレッチ体操 YAYOI	13:45~14:30 バレエワークアウト YAYOI	11:45~12:15 エンジョイエアロ 石田	
	11:15~12:00 機能改善ヨガ 三宅								12:30~13:15 GROUP FIGHT45 AMI
	12:15~13:00 GROUP FIGHT45 AMI								
12:00									
13:00									
14:00									
15:00									
16:00	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ		
	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	15:30~16:00 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	15:30~16:00 リラックス アロマストレッチ		
プール		プール		プール		プール			
16:45~ 熱波浴		16:45~ 熱波浴		16:45~ 熱波浴		16:45~ 熱波浴			

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

6月 日祝レッスンスケジュール

11:00	6月1日(日)		6月の施設点検休館日は15日・30日です。	6月22日(日)		6月29日(日)	
	スタジオ			スタジオ		スタジオ	
	10:30~11:00 GROUP FIGHT30 映像プログラム			10:30~11:00 GROUP BLAST30 映像プログラム		10:30~11:00 GROUP FIGHT30 映像プログラム	
	11:10~11:55 GROUP BLAST45 映像プログラム			11:10~11:55 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		11:10~11:55 GROUP GROOVE45 映像プログラム	
	12:05~12:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			12:05~12:50 GROUP FIGHT45 映像プログラム		12:05~12:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	
	12:00						
13:20~13:50 GROUP CORE 映像プログラム		13:20~13:50 GROUP CORE 映像プログラム		13:20~13:50 GROUP BLAST30 映像プログラム			
14:00~14:45 GROUP FIGHT45 映像プログラム		14:00~14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム		14:00~14:45 GROUP FIGHT45 映像プログラム			
14:55~15:40 GROUP GROOVE45 映像プログラム		14:55~15:40 GROUP BLAST45 映像プログラム		14:55~15:40 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			
15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		15:50~16:35 GROUP GROOVE45 映像プログラム			
13:00		16:45~17:15 GROUP BLAST30 映像プログラム		16:45~17:15 GROUP FIGHT30 映像プログラム		16:45~17:15 GROUP CORE 映像プログラム	
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							

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