

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7日(日)	12月14日(日)	12月21日(日)	年末年始の施設点検日は12月27日(土)～1月3日(土)です。
11:00	スタジオ	スタジオ	スタジオ	11:00
11:30～11:00	ピラティス ATSUKO			
12:00	11:10～11:55 リラクゼーションヨガ ATSUKO			12:00
12:30～12:50	GROUP FIGHT45 AMI	12:50～13:20 UBOUND AMI	11:30～12:00 かんたんエアロ 沢田	13:00
13:00	13:05～13:35 ローラーエクササイズ AMI	13:35～14:05 ローラーエクササイズ AMI	12:15～13:00 ヨガ 沢田	14:00
14:00		14:15～15:00 バレエワークアウト YAYOI		15:00
15:00	静なるスタジオ	静なるスタジオ	静なるスタジオ	16:00
15:30～16:00	リラックス アロマストレッチ	リラックス アロマストレッチ	リラックス アロマストレッチ	
16:00	プール	プール	プール	
16:45～	熱波浴	熱波浴	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。

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7日(日)		12月14日(日)		12月21日(日)		年末年始の施設点検日は12月27日(土)～1月3日(土)です。	
スタジオ		スタジオ		スタジオ			
11:00		10:30～11:00 GROUP CORE 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 GROOVE45 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 FIGHT45 映像プログラム			
12:00		12:05～12:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		12:05～12:50 GROUP BLAST45 映像プログラム			
13:00		13:20～13:50 GROUP FIGHT30 映像プログラム		13:20～13:50 GROUP CORE 映像プログラム			
14:00		14:00～14:45 GROUP BLAST45 映像プログラム		14:00～14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム			
15:00		14:55～15:40 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		14:55～15:40 GROUP FIGHT45 映像プログラム			
16:00		15:50～16:35 GROUP GROOVE45 映像プログラム		15:50～16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			
17:00		16:45～17:15 GROUP CORE 映像プログラム		16:45～17:15 GROUP BLAST30 映像プログラム			

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。