

# エル・スポーツ彦根 Aスタジオ 3月 日祝レッスンスケジュール

3月1日(日)		3月8日(日)		3月20日(金)		3月22日(日)		3月29日(日)	
スタジオ		スタジオ		スタジオ	プール	スタジオ		スタジオ	
11:00	10:30~11:00 かんたんエアロ 林			10:45~11:15 ポル・ド・ブラ 沢田	11:00~11:30 水泳ワンポイント				
	11:10~11:55 リンパドレナージュ 林			11:25~12:10 トータルコンディショニング 沢田				11:30~12:00 ポル・ド・ブラ 沢田	
12:00	12:10~12:55 バレエワークアウト YAYOI			12:25~13:10 チャレンジエアロ ATSUKO				12:10~12:55 ヨガ 沢田	
13:00		13:15~13:45 TEAM TRAINING(体幹) 石田		13:20~14:05 GROUP FIGHT45 AMI	13:30~14:00 ツールアクア 石田	12:50~13:35 GROUP FIGHT45 AMI		13:10~13:55 はじめてストリートダンス kohh	
14:00		14:00~14:20 ローラーストレッチ		14:20~14:50 UBOUND 宮武		13:50~14:20 ローラーエクササイズ AMI			
15:00		14:35~15:20 はじめてストリートダンス kohh				14:35~15:20 はじめてストリートダンス kohh			
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	プール		営業時間: 10:00~20:30		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	16:45~ 熱波浴	

3月の施設点検休館日は15日・31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。

# エル・スポーツ彦根 Bスタジオ 3月 日祝レッスンスケジュール

3月1日(日)		3月8日(日)		3月の施設点検休館日は15日・31日です。	20日(金)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。	3月22日(日)		3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 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 BLAST45 映像プログラム	11:00	10:30~11:00 GROUP BLAST30 映像プログラム	11:10~11:55 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	11:00	10:30~11:00 GROUP CORE 映像プログラム
12:00	12:05~12:50 GROUP FIGHT45 映像プログラム	12:05~12:50 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 GROOVE45 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 GROOVE45 映像プログラム	12:00	12:05~12:50 GROUP GROOVE45 映像プログラム
13:00	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 GROOVE45 映像プログラム			14:00~14:45 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	13:00	13:20~13:50 GROUP CORE 映像プログラム	14:00~14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム	13:00	13:20~13:50 GROUP BLAST30 映像プログラム
14:00	14:00~14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム	14:00~14:45 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	14:55~15:40 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			14:55~15:40 GROUP GROOVE45 映像プログラム	14:00	14:00~14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム	14:55~15:40 GROUP BLAST45 映像プログラム	14:00	14:00~14:45 GROUP FIGHT45 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 GROOVE45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP BLAST45 映像プログラム			15:50~16:35 GROUP FIGHT45 映像プログラム	15:00	14:55~15:40 GROUP BLAST45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	15:00	14:55~15:40 GROUP CENTERGY45 映像プログラム
16:00	15:50~16:35 GROUP BLAST45 映像プログラム	15:50~16:35 GROUP FIGHT45 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	16:00	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム	16:45~17:15 GROUP BLAST45 映像プログラム	16:00	15:50~16:35 GROUP BLAST45 映像プログラム
17:00	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					17:00	16:45~17:15 GROUP CORE 映像プログラム	16:45~17:15 GROUP CORE 映像プログラム	17:00	16:45~17:15 GROUP CORE 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。

<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