

エル・スポーツ彦根 Aスタジオ
7月 日祝レッスンスケジュール

7月5日(日)		7月12日(日)		7月の施設点検休館日は15日・31日です。	7月19日(日)		7月20日(月)		7月26日(日)		
スタジオ		スタジオ			スタジオ		スタジオ		スタジオ		
11:00											
12:00			11:30～12:00 かんたんエアロ 沢田								
13:00	12:50～13:35 GROUP FIGHT45 AMI		12:10～12:55 ヨガ 沢田						12:10～12:55 TEAM TRAINING 宮武		
14:00			13:10～13:40 UBOUND AMI						13:10～13:55 リフレッシュヨガ 沢田	13:10～13:40 TEAM TRAINING(下半身) 石田	
15:00	13:50～14:20 ローラーエクササイズ AMI		13:55～14:25 ローラーエクササイズ AMI							13:50～14:20 ローラーエクササイズ 石田	
16:00										14:35～15:20 はじめてストリートダンス kohh	
17:00	プール		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。

エル・スポーツ彦根 Bスタジオ
7月 日祝レッスンスケジュール

7月5日(日)		7月の施設点検休館日は15日・31日です。	7月12日(日)		7月19日(日)	それ以外のレッスンは通常通りを開講いたします。 Bスタジオレッスンは休講となります。 20日(月)の19時以降のレッスンは開講いたします。	7月26日(日)	
スタジオ			スタジオ				スタジオ	
11:00	10:30~11:00 GROUP FIGHT30 映像プログラム		11:00	10:30~11:00 GROUP CORE 映像プログラム			11:00	10:30~11:00 GROUP CORE 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
12:00	12:05~12:50 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		12:00	12:05~12:50 GROUP GROOVE45 映像プログラム			12:00	12:05~12:50 GROUP BLAST45 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				13:20~13:50 GROUP FIGHT30 映像プログラム
14:00	14:00~14:45 GROUP GROOVE45 映像プログラム		14:00	14:00~14:45 GROUP CENTERGY45 映像プログラム			14:00	14:00~14:45 GROUP CENTERGY45 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 FIHGT45 映像プログラム				14:55~15:40 GROUP GROOVE45 映像プログラム
16:00	15:50~16:35 GROUP CENTERGY45 映像プログラム		16:00	15:50~16:35 GROUP GROOVE45 映像プログラム			16:00	15:50~16:35 GROUP FIHGT45 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				16:45~17:15 GROUP BLAST30 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別紙にてご確認ください。