11月日曜・祝日レツスンスケジュール じょエル・スポーツ長浜



	11月2日(日)		11月3日(月/祝)祝日営業		11月9日(日)		11月16日(日)		11月23日(日)		11月24日(月/祝)祝日営業	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00			10:15~10:45 GROUP CORE30 《映像プログラム》								10:15~10:45 GROUP CORE30 《映像プログラム》	
11:00	10:30~11:15 エンジョイエアロ 林		11:00~11:45 ストレッチ&ヨガ		11:00~11:45		11:00~12:00		11:00~11:45 SH:NETM		11:00~11:30 GROUP CENTERGY30 《映像プログラム》	
	11:25~12:10 リンパドレナージュ 林		万代		大極拳 伊吹		ZUMBA (1.0h Version) ノッチ		SHINE™ 橋本		11:40~12:10 GROUP POWER30	
12:00	12:20~12:50 GROUP CORE30		11:55~12:25 TEAM TRAINING 万代		12:00~12:45 柔軟性UPヨガ 永原		12:15~13:00		12:00~12:45 はじめて ストリートダンス kohh		《映像プログラム》 12:20~13:05	
13:00	《映像プログラム》		12:40~13:25 GROUP BLAST 《映像プログラム》				ピラティス&ヨガ 徳田				エンジョイエアロ 武若	
	13:00~13:45 GROUP BLAST 《映像プログラム》				13:00~13:45 GROUP POWER 《映像プログラム》		13:15~14:00 GROUP BLAST 《映像プログラム》		13:00~13:45 GROUP CENTERGY 《映像プログラム》		13:15~13:45 ピラティス ATSUKO	
			13:40~14:25									