4月 日曜・祝日レッスンスケジュール

エル・スポーツ長浜

	4月5日（日）		4月12日（日）		4月19日（日）		4月26日（日）		4月29日（水・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
10:00										
11:00	11:00～11:45 太極拳 伊吹		11:00～11:45 はじめて ストリートダンス kohh		11:00～11:45 ＳＨＩＮＥ™ 橋本		10：30～11：15 エンジョイエアロ 林 11：25～12：10 リンパドレナージュ 林		11:00～11:45 ＳＨＩＮＥ™ 橋本	11：00～11：30 ミットアクア 徳田
12:00	12:00～12:45 フィットネスフラ 星		12:00～12:45 柔軟性UPヨガ 永原		12:00～12:45 ピラティス＆ヨガ 徳田		12：20～12：50 GROUP CORE30 《映像プログラム》		12:00～12:45 太極拳 伊吹	
13:00	13:00～13:45 GROUP BLAST 《映像プログラム》		13:00～13:45 GROUP FIGHT 《映像プログラム》		13:00～13:45 GROUP BLAST 《映像プログラム》		13:00～13:45 GROUP FIGHT 《映像プログラム》		13:00～13:45 GROUP GROOVE 《映像プログラム》	
14:00	13:55～14:40 GROUP CENTERGY 《映像プログラム》	14：00～熱波浴	13:55～14:40 GROUP BLAST 《映像プログラム》	14：00～熱波浴	13:55～14:40 GROUP POWER 《映像プログラム》	14：00～熱波浴	13:55～14:40 GROUP BLAST 《映像プログラム》	14：00～熱波浴	13:55～14:40 GROUP FIGHT 《映像プログラム》	
15:00	14:50～15:35 GROUP POWER 《映像プログラム》		14:50～15:35 GRGROOVE 《映像プログラム》		14:50～15:35 GROUP CENTERGY 《映像プログラム》		14:50～15:35 GROUP GROOVE 《映像プログラム》		14:50～15:35 GROUP BLAST 《映像プログラム》	
16:00										

【日・祝日 営業時間】10:00～19:00