

スパ&フィットネス ゼクシス広島

11月11日(土)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	D	プール
10:30	リトモス 10:30~11:15	リンパピクス 10:45~11:30	ピラティス 10:30~11:15	カルチャースクール アダルト健康教室 10:20~11:20	クロール 10:30~10:50
11:00	田中 希恵	Takamatsu	河西 ひとみ	RUI	
11:30	ハタヨガ 11:35~12:20	DISCO WORLD 11:45~12:30	500円 有料イベント サルセッション MIXXEDFIT イベント 11:45~13:15 ChizueRudd x HIROMI	有料	
12:00	河西 ひとみ	RUI			
12:30		ハタヨガ 12:45~13:30		カルチャースクール チューブヨガ 12:30~14:00	
13:00	サルサ 13:05~13:50	SHIORI		ミッツ	
13:30	erina			90分クラスと なります。	
14:00	ZUMBA 14:05~15:05	BAILABAILA 14:10~14:55	アシュタンガヨガ 14:05~15:05	有料	アクア30 14:30~15:00
14:30	miki	erina	SUU		古田 美樹
15:00		RADICAL ファイドウ45 15:10~15:55	ホットヨガ 15:20~16:05	14:30~ ストレッチエリア	背泳ぎ 15:15~15:35
15:30	マットストレッチ 15:30~16:00	バルナック松	erina		平泳ぎ 15:45~16:05
16:00		パワーヨガ 16:10~16:55			
16:30	ステップ30 16:30~17:00	なお			
17:00		ピラティス 17:10~17:55	ホットヨガ 17:15~18:00		
17:30	エアロ40 17:15~17:55	信田 真巳	なお		
18:00					
18:30	ZUMBA GOLD 18:15~18:45				
19:00	ZUMBA 19:00~19:45				
19:30	信田 真巳				
20:00					

閉館時間 21:00