

ゼクシス広島 特別スケジュール

		1/19(土)				1/20(日)						
		8F		10F	9F	10F	8F		10F	9F	10F	
		A	B	C	D	フル・スパ	A	B	C	D	フル・スパ	
10:30	リトモス 10:30~11:15		ピラティス 10:30~11:15		SALSATION INSTRUCTOR TRAINING 10:15~17:15	クロール 10:30~10:50	10:30	ルーシーダットン 10:30~11:10	エアロ30 10:25~10:55 Takamatsu			
11:00	田中 希恵 10:45~11:30 Takamatsu		リンパビクス 10:45~11:30 河西 ひとみ			バタフライ 11:00~11:20	11:00	みどり	腰痛改善体操 11:05~11:35 沖本 真理	パワーヨガ 12:45~13:45 前野 由美子		
11:30	RADICAL パワーカーディオ 11:40~12:30 バルナック松		DISCO WORLD 11:45~12:30 RUI	ホットヨガ 11:35~12:20 河西 ひとみ		パーソナル(30分) 11:30~12:00 阿部 喜美子	11:30	フィットネスフラ 11:25~12:05 みどり	エアロ40 11:50~12:30 沖本 真理			
12:00			ソフトホットヨガ 12:40~13:25 河西 ひとみ				12:00	ZUMBA 12:20~13:00 みどり		ホットヨガ 12:30~13:15 ダイスケ		
12:30	パワーヨガ 12:45~13:45 前野 由美子		サルサ 13:05~13:50 erina	アシュタンガヨガ 13:45~14:45 SUU		ロウリュウ(男性) 13:10~	13:00	RADICAL パワー45 13:15~14:00 school	天空大河 13:15~13:45 みどり	体軸ヨガ 13:45~14:30 ダイスケ		ロウリュウ(男性) 13:10~
13:30						ロウリュウ(女性) 13:40~	13:30	RADICAL ファイドウ45 14:15~15:00 新竹 早紀	エアロ30 14:00~14:30 面家 嘉輝			ロウリュウ(女性) 13:40~
14:00	ZUMBA 14:05~15:05 太田 えり(eringo)		BAILABAILA 14:10~14:55 erina				14:00	RADICAL メガダンス45 15:15~16:00 IZUMI	エアロ40 15:10~15:50 奥田 絵里			アクアアーク 14:00~14:30 石川 まさ子
14:30			ホットヨガ 15:20~16:05 erina			青泳ぎ 15:15~15:35	15:00	パワーヨガ 16:15~17:00 面家 嘉輝	はじめてフラダンス 16:05~16:35 奥田 絵里	ハタヨガ 15:00~15:45 面家 嘉輝		アクア45 14:45~15:30 石川 まさ子
15:00	ヨガストレッチ 15:30~16:00 KAYO		美筋パワーヨガ 16:10~16:55 なお			平泳ぎ 15:45~16:05	15:30	ZUMBA 17:15~18:00 RUI	フラダンス 16:50~17:35 奥田 絵里			
15:30			ストレッチ&ピラティス 17:10~17:55 信田 眞巳	アロマホットヨガ 17:15~18:15 なお		ロウリュウ(男性) 16:10~	16:00	DISCO WORLD 18:20~19:05 RUI	骨盤調整体操 17:50~18:35 奥田 絵里	骨盤ヨガ 16:15~17:00 Mina		ロウリュウ(男性) 16:10~
16:00					ロウリュウ(女性) 16:40~	16:30					ロウリュウ(女性) 16:40~	
16:30	ステップ30 16:30~17:00 石井 浩恵					17:00						
17:00	エアロ40 17:15~17:55 石井 浩恵					17:30						
17:30	ZUMBA GOLD 18:15~18:45 信田 眞巳					18:00						
18:00						18:30						
18:30	ZUMBA 19:00~19:45 信田 眞巳		ROOTZ by Salsation DEMO CLASS 18:30~19:30			19:00			SALSATION MASTER CLASS 18:20~19:50			
19:00						19:30						
19:30												
20:00												
20:30												

イベントの為
有料!

17:40~
ストレッチエリア

イベントの為
有料!

17:40~
ストレッチエリア

閉館時間 20:00

CHECK!!! SALSATION イベント!!!
有料イベントのためお間違いのないように!!!

閉館時間 21:00