

ゼクシス広島 特別スケジュール

| 3/24(日) | | | | | 3/30(土) | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------|
| 8F | | 10F | 9F | 10F | 8F | | 10F | 9F | 10F | |
| A | B | C | D | フール・スパ | A | B | C | D | フール・スパ | |
| 10:30 ルーシーダットン 10:30~11:10 みどり | エアロ30 10:25~10:55 竹野内 | | 10:30~ ストレッチエリア | | 10:30 リトモス 10:30~11:15 | | ピラティス 10:30~11:15 | | クロール 10:30~10:50 STAFF | |
| 11:00 フィットネスフラ 11:25~12:05 みどり | ステップ30 11:05~11:35 竹野内 | SALSATION 11:00~12:00 HIROMI | | | 11:00 田中 希恵 新曲発表会 メガダンス | ヨガストレッチ 10:45~11:30 KAYO | | 河西 ひとみ | | |
| 12:00 ZUMBA 12:20~13:00 みどり | ステップ40 11:50~12:30 竹野内 | | | | 11:30 IZUMI & 梶川 倫世 | DISCO WORLD 11:45~12:30 RUI | ホットヨガ 11:35~12:20 河西 ひとみ | | | |
| 13:00 新曲発表会 パワー60 13:15~14:15 フレディ・マーキュリー & 長瀬 翔太郎 新曲発表会 | 天空大河 13:15~13:45 みどり | | | | 12:00 RAJICAL パワーカーディオ 12:50~13:40 バルナック松 | | ソフトホットヨガ 12:40~13:25 河西 ひとみ | カルチャースクール チューブヨガ 12:30~14:00 ミッツ | | ロウリュウ(男性) 13:10~ |
| 14:00 新曲発表会 ファイドウ60 14:35~15:35 HIBIKI & 新竹 早紀 新曲発表会 | エアロ30 14:00~14:30 國重 智恵子 | 体軸ヨガ 13:45~14:30 ダイスケ | | | 13:30 ロウリュウ(女性) 13:40~ アクアウォーク 14:00~14:30 石川 まさ子 | ZUMBA 14:05~15:05 miki | BAILABAILA 14:10~14:55 erina | アシュタンガヨガ 13:45~14:45 SUU | 有料 | ロウリュウ(女性) 13:40~ |
| 15:00 イレブン30 15:55~16:25 担当者は 当日のお楽しみ | エアロ40 15:10~15:50 奥田 絵里 | ハタヨガ 15:00~15:45 國重 智恵子 | | | 14:30 アクア45 14:45~15:30 石川 まさ子 | 15:00 マットストレッチ 15:30~16:15 miki | ファイドウ45 15:10~15:55 バルナック松 | | 90分クラスと なります。 | |
| 16:30 ZUMBA 17:15~18:00 RUI | はじめてフラダンス 16:05~16:35 奥田 絵里 | 骨盤ヨガ 16:15~17:00 Mina | | | 15:30 ロウリュウ(男性) 16:10~ ロウリュウ(女性) 16:40~ | 16:00 ステップ30 16:30~17:00 豊島 三幸 | ホットヨガ 15:20~16:05 erina | | 有料 | 背泳ぎ 15:15~15:35 平泳ぎ 15:45~16:05 |
| 17:30 DISCO WORLD 18:20~19:05 RUI | フラダンス 16:50~17:35 奥田 絵里 | | | | 16:30 エアロ40 17:15~17:55 豊島 三幸 | 美筋パワーヨガ 16:10~16:55 なお | | | | ロウリュウ(男性) 16:10~ ロウリュウ(女性) 16:40~ |
| 18:00 ZUMBA GOLD 18:15~18:45 信田 真巳 | 骨盤調整体操 17:50~18:35 奥田 絵里 | ホットヨガ 17:20~18:05 Mina | | | 17:00 エアロ40 17:15~17:55 豊島 三幸 | ストレッチ&ピラティス 17:10~17:55 信田 真巳 | アロマホットヨガ 17:15~18:15 なお | | | |
| 19:00 ZUMBA 19:00~19:45 信田 真巳 | | | | | 17:30 ZUMBA GOLD 18:15~18:45 信田 真巳 | | | | | |
| 19:30 | | | | 18:00 ZUMBA 19:00~19:45 信田 真巳 | | | | | | |
| 閉館時間 20:00 | | | | | 閉館時間 21:00 | | | | | |

各種レッスンの途中入場、
途中退場は
固くお断りをしています。

14:30~
ストレッチエリア

