

ゼクシス広島 特別スケジュール

6/9(日)					
	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	D	プール・スパ
10:30	フィットネスフラ 10:30~11:15	エアロ30 10:35~11:05 河西 ひとみ	ヨガ 10:30~11:15	10:30~	
11:00	みどり		三木 あかり		
11:30	ZUMBA 11:30~12:15	ハタヨガ 11:20~12:05 河西 ひとみ	ピラティス 11:30~12:15		
12:00	みどり		三木 あかり		
12:20	X55発表会				
12:35	X55エレメント 12:35~12:50	美腰・骨盤調整 12:40~13:10 みどり	ホットヨガ 12:30~13:15		
13:00	X55 13:00~14:00 RADICAL FITNESS	天空大河 13:15~13:45 みどり	ダイスケ		
13:30	担当者は 当日までのお楽しみ♪		体軸ヨガ 13:45~14:30		
14:00	ファイドウ45 14:15~15:00 新竹 早紀	パレトン40 14:10~14:50 三木 あかり	ダイスケ		
14:30					
15:00		エアロ40 15:10~15:50 奥田 絵里	ハタヨガ 15:15~16:00 三木 あかり		
15:30	リトモス 15:30~16:15				
16:00	三隋 美賀子	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		
16:30	ZUMBA 16:30~17:15	フラダンス 16:50~17:35 奥田 絵里	Mina		
17:00	三隋 美賀子				
17:30	パワーヨガ 17:30~18:15	骨盤調整体操 17:50~18:35 奥田 絵里	ホットヨガ 17:20~18:05 Mina		
18:00	三隋 美賀子				
18:30					
19:00					
19:30					
閉館時間 20:00					

ストレッチエリア

X55再来!!
発表会を開催いたします!
ぜひご参加ください!