

# ゼクシス広島 特別スケジュール

8/15(木)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	D	プール・スパ
10:30	エアロ30 10:30~11:00 田中 希恵	休講	ベーシックヨガ 10:30~11:30	10:15~  ストレッチエリア  ~19:45	休講
11:00	リトモス		MIZUKI		
11:30	11:15~12:00 田中 希恵	休講	ソフトホットヨガ 11:45~12:30		
12:00			MIZUKI		
12:30	SALSATION 12:15~13:15		ホットヨガ		休講
13:00	HIROMI	ZUMBA 13:00~13:45	12:45~13:30		
13:30	パワー30 13:30~14:00 SHUN★PEI	三隋 美賀子	MIZUKI		
14:00	RADICAL ファイドウ		ハタヨガ		
14:30	14:15~14:45 バルナック松	休講	14:10~14:55 三隋 美賀子		↑Dスタの 調整体操は休講
15:00	休講		休講		
15:30		三隋 美賀子			
16:00	休講	休講	休講	<p>本日レッスン休講が非常に多くお客様へご迷惑をおかけし、申し訳ございません。</p> <p><b>Bスタジオが空いてしまうので17:45まで解放します。</b></p> <p>※レッスンの時間は除く<b>ダンスの練習、ストレッチ、ステップ台など、ご自身の練習でご使用下さい。</b></p>	
16:30					
17:00	RADICAL X55※全曲 17:00~18:00	休講	休講		
17:30	バルナック松 & KEI★YA				
18:00	X55は腹筋、クールダウンまで1曲フルで行います。	休講	休講		
18:30	イレブン15 18:20~18:35 バル & KEIYA				
19:00	X55が終わった後に本当の意味で心身ともにポロポロになる追い込みを体感しましょう笑				
19:30					

閉館時間 20:00