

# ゼクシス広島 特別スケジュール

4月29日(木祝)

|       | 8F  |  | 10F                             | 9F   | 10F                  |
|-------|---|--|---------------------------------|--|----------------------|
|       | A   | B  | C                               | D  | フール                  |
| 10:30 | エアロ45<br>10:30~11:15                                    |  | 骨盤ヨガ<br>10:30~11:15             | <div style="background-color: #cccccc; padding: 10px; text-align: center;"> <p>10:30~</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">ストレッチエリア</p> <p>17:15まで</p> </div> | アクア45<br>10:45~11:30 |
| 11:00 | 重田舞   |  | Mina                            |  | TELU                 |
| 11:30 |   | CHOREOLOGYby<br>SALSATION®<br>11:30~12:15        | 骨盤底筋<br>トレーニングヨガ                |  |                      |
| 12:00 | ZUMBA<br>11:45~12:30<br>重田舞                             | HIROMI☆  | 11:45~12:30<br>Mina             |  |                      |
| 12:30 |   | パワー30<br>12:45~13:15<br>SAKI                     |                                 |  |                      |
| 13:00 | SALSATION®<br>13:00~14:00<br>HIROMI☆                    | 骨盤調整ヨガ<br>13:00~13:45<br>Mina                    |                                 |  |                      |
| 13:30 |   | ファイドウ30<br>13:45~14:15<br>SAKI                   |                                 |  |                      |
| 14:00 |   | ZUMBA<br>14:45~15:30<br>TELU                     |                                 |  |                      |
| 14:30 |   |  |                                 |  |                      |
| 15:00 | 自力整体☆前半<br>15:00~15:45<br>長宗 裕美                         |  |                                 |  |                      |
| 15:30 |   | 有料<br>カルチャースクール                                  |                                 |  |                      |
| 16:00 | 自力整体☆後半<br>16:15~17:00<br>長宗 裕美                         | バレエ<br>16:00~17:30<br>大森 愛<br>60分or90分<br>選択頂けます | ハタヨガ<br>16:30~17:15<br>羽原       |  |                      |
| 16:30 |   |  |                                 |  |                      |
| 17:00 |   |  |                                 |  |                      |
| 17:30 |   |  |                                 | 有料<br>カルチャースクール<br>タヒチアンダンス<br>17:45~18:45<br>大森 愛   |                      |
| 18:00 | SPECIAL<br>ファイドウ60<br>18:00~19:00<br>ATSUSHI<br>×<br>颯真 |  | ヴァンヤサフローヨガ<br>17:45~18:30<br>羽原 |  |                      |
| 18:30 |   |  |                                 |  |                      |
| 19:00 |   |  |                                 |  |                      |
| 19:30 |   |  |                                 |  |                      |

**ファイドウ**  
 バックナンバー祭り!!

閉館時間 20:00