

# ゼクシス広島 特別スケジュール

2月23日(水祝)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	D	フール
10:30	バレトン 10:30~11:15	ZUMBA 10:30~11:15	ハタヨガ 10:25~11:10	10:30~ <b>ストレッチエリア</b>	
11:00	IZUMI	久波 玲子	河西ひとみ		
11:30					
12:00	エアロ30 11:45~12:15 IZUMI	太極舞45 11:40~12:25 久波 玲子	調整体操 11:45~12:45		
12:30	<b>LesMILLS</b>	<b>LesMILLS</b>	misa		
13:00	BODY COMBAT 13:00~13:45	BODY JAM 12:55~13:45	マットストレッチ 13:15~14:00		
13:30	SAKI	こまち	misa		
14:00	<b>LesMILLS</b>				
14:30	BODY PUMP 14:15~15:00 SAKI	ピラティス 14:15~15:00 KACO			
15:00					
15:30	JAZZダンス 15:30~16:30	腹筋とヒップ20 15:30~15:50 KO-KI	ハタヨガ 15:45~16:30		
16:00	Takamatsu		住谷 奈緒子		
16:30					
17:00	ZUMBA 17:00~18:00	バレトン 16:50~17:35			
17:30	miki	Takamatsu			
18:00					
18:30	マットストレッチ 18:30~19:15		肩こり緩和ヨガ 18:15~19:00		
19:00	miki		ミッツ		
19:30					

閉館時間 20:00