

ゼクシス広島 特別スケジュール

9月19日(月祝)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	D	フール
10:30	エアロ40 10:25~11:05 中田		リラックスヨガ 10:30~11:15 SHOKO		
11:00		優しめ カーディオ&腹筋 11:20~11:50 KO-KI			
11:30			ムーブメントヨガ 11:45~12:30 MANAH		アクア30 11:30~12:00 中田
12:00	新曲発表 有料イベント				
12:30	リトモス 12:15~13:15 藤野MT・梶川	LES MILLS BODY COMBAT 12:35~13:35 スタッフ			
13:00			キレイになるヨガ 13:00~14:00 MANAH		
13:30	有料イベント				
14:00	ラテンエアロ 13:45~14:45 藤野MT	美腰・骨盤調整 14:05~14:50 みどり			
14:30			ピラティス 14:30~15:15 河西 ひとみ		
15:00					
15:30	フラダンス 15:15~16:00 みどり	STORONG Nation 15:25~16:10 安東 夕奈			
16:00			ポールストレッチ 15:40~16:25 AIKO		
16:30	ZUMBA 16:30~17:30 安東 夕奈	LES MILLS BODY COMBAT 16:40~17:25 SHIZUMA☆			
17:00			自力整体☆前半 16:45~17:30 長宗 裕美		
17:30		デビュー戦!!			
18:00	ロックダンス 18:00~18:45 KACO		自力整体☆後半 17:45~18:30 長宗 裕美		
18:30					
19:00					
19:30					

ストレッチエリア



閉館時間 20:00