

ゼクシス広島 特別スケジュール

9月23日(月祝)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	ジム・スパ	プール
10:30	エアロ40 10:25~11:05 中田	足裏整える&ストレッチ45 10:30~11:15 shoco	ハタヨガ45 10:30~11:15 住谷 奈緒子		
11:00	有料イベント リトモス60				
11:30	11:20~12:20 梶川 倫世	HYPER TRAINNING30 11:35~12:05 静真	脂肪燃焼ヨガ45 11:45~12:30 shoco		アクア30 11:30~12:00 中田
12:00		CARDIO&ABS30 12:20~12:50 静真			
12:30	有料イベント ダンスエアロ	LES MILLS			
13:00	12:45~13:45 梶川 倫世	BODY ATTACK45 13:05~13:50 ムヤヤ	身体を伸ばすヨガ45 13:00~13:45 久波 玲子		
13:30	ジョイント				
14:00	LesMillsDANCE45 14:05~14:50 三随智香子&あつし	エアロ45 14:05~14:50 久波 玲子	マイルドフローヨガ45 14:00~14:45 AYU		
14:30	LES MILLS				
15:00	BODY COMBAT45 15:10~15:55 三随智香子	ZUMBA45 15:20~16:05 久波 玲子	アクティブフローヨガ45 15:05~15:50 AYU		
15:30					
16:00					
16:30	HIIT the Beat40 16:15~16:55 あつし	LES MILLS	ピラティス45 16:20~17:05 久波 玲子		
17:00					
17:30	LOCK DANCE45 17:15~18:00 KACO	BODY PUMP60 17:10~18:10 RYU			
18:00					
18:30	ZUMBA45 18:15~19:00 KACO				
19:00					
19:30					



閉館時間 20:00