

# ゼクシス広島 特別スケジュール

## 10月14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		
11:30	ZUMBA60 11:30~12:30 chami	リンパストレッチ45 11:30~12:15 沖本 眞理	脂肪燃烧ヨガ45 11:45~12:30 shoco		アクア30 11:30~12:00 中田
12:30		ZUMBA45 12:45~13:30 沖本 眞理	ベーシックヨガ60 13:00~14:00 MIZUKI		
13:00	BODY ATTACK60 13:00~14:00 あつし	整腰・骨盤調整45 14:00~14:45 みどり	フローヨガ60 14:30~15:30 MIZUKI		
14:30	BODY PUMP60 14:30~15:30 RYU	フラダンス45 15:00~15:45 みどり			
15:30		チャレンジJAZZダンス45 16:30~17:15 Takamatsu			
16:00	BODY COMBAT60 16:00~17:00 SEIYA	バレトン45 17:45~18:30 Takamatsu			
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					



閉館時間 20:00