

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 | LES MILLS | 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 | NEW ハタヨガデトックス60 16:00~17:00 Hiromi♥ | | |
| 15:00 | LES MILLS | チャレンジJAZZダンス45 16:30~17:15 Takamatsu | ★NEW IR★ | | |
| 16:00 | BODY COMBAT60 16:00~17:00 SEIYA | ストレッチヨガ45 17:30~18:15 Hiromi♥ | | | |
| 16:30 | NEW | バレトン45 17:45~18:30 Takamatsu | | | |
| 17:00 | ストレッチヨガ45 17:30~18:15 Hiromi♥ | | | | |
| 17:30 | ★NEW IR★ | | | | |
| 18:00 | | | | | |
| 18:30 | | | | | |
| 19:00 | | | | | |
| 19:30 | | | | | |



閉館時間 20:00