

ゼクシス広島 特別スケジュール

11月4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 | 太極舞45 10:30~11:15 久波 玲子 | ハタヨガ45 10:30~11:15 住谷 奈緒子 | | |
| 11:00 | | LES MILLS | | | |
| 11:30 | ZUMBA45 11:30~12:15 重田 舞 | BODY PUMP45 11:35~12:20 RYU | ヨガ45 11:45~12:30 久波玲子 | | アケア30 11:30~12:00 中田 |
| 12:00 | | LES MILLS | | | |
| 12:30 | エアロ中級45 12:45~13:30 重田 舞 | BODYATTACK60 12:45~13:45 ムヤヤ | ピラティス45 12:45~13:30 久波玲子 | | |
| 13:00 | | | | | |
| 13:30 | | | | | |
| 14:00 | バレトン50 14:00~14:50 miki | 整腰・骨盤調整45 14:00~14:45 みどり | パワーヨガ45 14:00~14:45 AYU | | |
| 14:30 | | | | | |
| 15:00 | ウェーブストレッチ60 15:00~16:00 miki | フラダンス45 15:00~15:45 みどり | バックバンド45 15:15~16:00 AYU | | |
| 15:30 | | | | | |
| 16:00 | LES MILLS | | | | |
| 16:30 | BODY COMBAT60 16:30~17:30 SEIYA | | | | |
| 17:00 | | | | | |
| 17:30 | | | | | |
| 18:00 | | | | | |
| 18:30 | | | | | |
| 19:00 | | | | | |
| 19:30 | | | | | |



閉館時間 20:00