

ゼクシス広島 特別スケジュール

1月13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	リトモス45 11:30~12:15 梶川 倫世	エアロ中級45 11:45~12:30 重田 舞	脂肪燃焼ヨガ45 11:45~12:30 shoco		アクア30 11:30~12:00 中田
12:00	LesMILLS				
12:30	BODY JAM60	ジョイント			
13:00	12:35~13:35 梶川 倫世	FightDo45 12:50~13:35 静真&RYU			
13:30		RADICAL			
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	マイルドフローヨガ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	アクティブフローヨガ45 15:00~15:45 AYU		
15:30					
16:00					
16:30		LesMILLS			
17:00	ZUMBA45 17:10~17:55 KACO	BODY COMBAT45 17:00~17:45 SEIYA			
17:30					
18:00	LOCK DANCE45 18:10~18:55 KACO	ポールストレッチ45 18:10~18:55 SEIYA			
18:30					
19:00					
19:30					



閉館時間 20:00