

ゼクシス広島 特別スケジュール

2月24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	RADICAL FightDo45 11:40~12:25 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	LES MILLS		有料イベント ボールリリースと シンギングボウルセラピー		
12:30	BODY JAM60 12:35~13:35 梶川 倫世	CARDIO & ABS30 12:45~13:15 静真	12:50~13:50 AIKO & shoco		
13:00			有料		
14:00	バレトン50 14:00~14:50 miki		アシュタンガヨガ60 14:30~15:15 SUU		
14:30					
15:00	ウェーブストレッチ60 15:00~16:00 miki		調整体操60 15:30~16:30 misa		
15:30					
16:00					
16:30	BODY PUMP45 16:30~17:15 RYU		パワーヨガ45 16:45~17:30 AYU		
17:00					
17:30	ジョイント BODY COMBAT60 17:45~18:45 あつし&SEIYA		パワーヨガ (アームバランス)45 17:45~18:30 AYU		
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					

閉館時間 20:00

