

# ゼクシス広島 お盆特別スケジュール

8月11日(月)										8月12日(火)									
8F		10F		9F		10F		8F		10F		9F		10F					
A	B	C	D/ジム・スパ	A	B	C	D/ジム・スパ	A	B	C	D/ジム・スパ	A	B	C	D/ジム・スパ				
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					10:30	ヨガストレッチ45 10:30~11:15 Kayo	アイソレーション45 10:30~11:15 KACO	ピラティス45 10:30~11:15 河西ひとみ								
11:30	リトモス45 11:30~12:15 梶川 倫世	Strong Nation30 11:30~12:00 重田舞	脂肪燃焼ヨガ45 11:45~12:30 shoco					11:30		PARTY GROOVE45 11:45~12:30 KACO	ベーシックヨガ45 11:45~12:30 河西ひとみ								
12:00	LES MILLS BODY JAM60 12:35~13:35 梶川 倫世	ストレッチ45 12:15~13:00 重田舞	フローヨガ60 13:00~14:00 河西ひとみ					12:00	エアロ45 12:15~13:00 久波 玲子										
13:00	有料イベント							13:00	リトモス45 13:15~14:00 岸本 さおり	ラテンエアロ45 13:15~14:00 北本 愛美	身体ほぐしヨガ45 13:00~13:45 shoco								
14:00	BODY PUMP60 14:00~15:00 Wataru & RYU	整腰・骨盤調整45 14:00~14:45 みどり						14:00	RADICAL FightDo60 14:15~15:15 静真	ラテンエクスペス コンサルサ@60 14:15~15:15 北本 愛美	ストレッチボールと ボールリリース45 14:00~14:45 shoco								
15:00	有料イベント	フラダンス45 15:00~15:45 みどり						15:00											
15:30	BODY COMBAT60 15:30~16:30 Wataru & SEIYA							15:30											
16:00	★From TOKYO★							16:00											
16:30								16:30											
17:00								17:00											
17:30								17:30											
18:00								18:00											
18:30								18:30	ZUMBA60 18:15~19:15 chami	フラダンス45 18:45~19:30 みどり									
19:00								19:00											
19:30								19:30											

閉館時間 20:00

閉館時間 20:00

# ゼクシス広島 お盆特別スケジュール

8月13日(水)					8月14日(木)				
8F		10F	9F	10F	8F		10F	9F	10F
A	B	C	D/ジム・スパ	フェール	A	B	C	D/ジム・スパ	フェール
<b>RADICAL</b>									
10:30	MEGA DANZ45 10:30~11:15 IZUMI 🔥	太極舞45 10:30~11:15 久波 玲子 🍀	ハタヨガ45 10:25~11:10 河西ひとみ 🍀		10:30	エアロ40 10:30~11:10 重田 舞 🍀	やさしいヨガ45 10:30~11:15 羽原		
11:30	パレトン45 11:40~12:25 IZUMI 🍀	ZUMBA45 11:40~12:25 久波 玲子 🔥	調整体操60 11:45~12:45 misa		11:30	ZUMBA45 11:35~12:20 重田 舞 🔥	CHOREOLOGYby SALSATION®50 11:25~12:15 HIROMI☆ 🔥	骨盤股関節調節 ヨガ60 11:35~12:35 羽原	
12:30	<b>有料イベント</b>				12:30	<b>RADICAL</b>			
13:00	リトモス60 ~BACKNUMBER~ 13:00~14:00 MICHIO & HINATA 🔥	BODY COMBAT45 13:00~13:45 SEIYA 🔥	マットストレッチ45 13:10 ~ 13:55 misa		13:00	SALSATION®60 12:45~13:45 HIROMI☆ 🔥	FightDo45 12:45~13:30 静真 🔥	メイクアップボディ45 13:00~13:45 KYOKA	
14:00	★From FUKUOKA★				14:00	ZUMBA60 14:00~15:00 TELU 🔥	フラダンス45 14:00~14:45 みどり	リフレッシュストレッチ 45 14:05~14:50 KYOKA	
14:30		マットストレッチ45 14:10 ~ 14:55 SEIYA	ヨガ ~太陽礼拝~45 14:20~15:05 shoco		14:30				
15:00					15:00		カルチャー フラダンス60 15:00~16:00 みどり ★有料スクール★		
15:30			Hot Hatha Yoga Detox60 15:30~16:30 Hiromi♥🔥📖		15:30				
16:00					16:00				
16:30					16:30				
17:00			呼吸ひろがるヨガ45 16:45~17:30 Hiromi♥		17:00				
17:30					17:30				
18:00	<b>RADICAL</b>				18:00	<b>LES MILLS</b>			
18:30	MEGA DANZ45 18:30~19:15 IZUMI 🔥	BODY ATTACK60 18:15~19:15 あつし 🔥			18:30	BODY COMBAT60 18:15~19:15 SEIYA 🔥	ZUMBA45 18:15~19:00 KACO 🔥		
19:00					19:00				
19:30					19:30				

閉館時間 20:00

閉館時間 20:00