

# ゼクシス広島 特別スケジュール

9月23日(火祝)

|       | 8F               |                       | 10F                    | 9F    | 10F         |
|-------|------------------|-----------------------|------------------------|-------|-------------|
|       | A                | B                     | C                      | ジム・スパ | プール         |
|       | <b>LES MILLS</b> |                       |                        |       |             |
| 10:30 | BODY COMBAT45    | アイソレーション45            | 自力整体☆前半45              |       | アクアウォーク30   |
|       | 10:30~11:15      | 10:30~11:15           | 10:25~11:10            |       | 10:30~11:00 |
| 11:00 | あつし              | KACO                  | 長宗 裕美                  |       | 河西 ひとみ      |
|       |                  |                       |                        |       |             |
| 11:30 | <b>LES MILLS</b> |                       |                        |       | アクア45       |
|       | BODY ATTACK45    | PARTY GROOVE45        | 自力整体☆後半45              |       | 11:15~12:00 |
| 12:00 | 11:45~12:30      | 11:45~12:30           | 11:40~12:25            |       | 河西 ひとみ      |
|       | あつし              | KACO                  | 長宗 裕美                  |       |             |
| 12:30 | <b>有料イベント</b>    |                       |                        |       |             |
| 13:00 | リトモス新曲発表60       | ラテンエクスプレス<br>コンサルサ®60 | 身体ほぐしヨガ45              |       |             |
|       | 13:00~14:00      | 13:00~14:00           | 13:00~13:45            |       |             |
| 13:30 | MICHIYO・TOMO     | 北本 愛美                 | shoco                  |       |             |
|       |                  |                       |                        |       |             |
| 14:00 | <b>有料イベント</b>    | <b>RADICAL</b>        | ストレッチボールと<br>ボールリリース45 |       |             |
| 14:30 | ダンスエアロ60         | FIGHTDO 60            | 14:00~14:45            |       |             |
|       | 14:30~15:30      | 14:30~15:30           | shoco                  |       |             |
| 15:00 | MICHIYO・TOMO     | RYU                   |                        |       |             |
|       |                  |                       | マイルドフローヨガ45            |       |             |
| 15:30 |                  |                       | 15:15~16:00            |       |             |
|       |                  |                       | AYU                    |       |             |
| 16:00 |                  |                       |                        |       |             |
|       |                  |                       | アクティブフローヨガ45           |       |             |
| 16:30 |                  |                       | 16:15~17:00            |       |             |
|       |                  |                       | AYU                    |       |             |
| 17:00 |                  |                       |                        |       |             |
| 17:30 |                  |                       |                        |       |             |
| 18:00 | SALSATION®60     |                       |                        |       |             |
| 18:30 | 18:00~19:00      |                       |                        |       |             |
|       | HIROMI☆          | エアロ45                 |                        |       |             |
| 19:00 |                  | 18:45~19:30           |                        |       |             |
|       |                  | 岸本 さおり                |                        |       |             |
| 19:30 |                  |                       |                        |       |             |



閉館時間 20:00