

ゼクシス広島 特別スケジュール

10月12日(日)

	8F		10F	9F	10F
	A	B	C	ジム・スパ	プール
		RADICAL FITNESS			
10:30	フラダンス45 10:30~11:15 みどり	X55 30 10:30~11:00 SEIYA	ヨガリラックス40		
11:00	みどり LES MILLS		10:40~11:20 Reiko		
11:30	BODY COMBAT45 11:30~12:15 SEIYA	整腰・骨盤調整30 11:30~12:00 みどり	ソフトホットヨガ60		
12:00			11:40~12:40 Reiko		
12:30	有料イベント	マットストレッチ45 12:35 ~ 13:20 SEIYA			
13:00	Hiroshima MASTER CLASS SALSATION®				
13:30	13:00~14:30				
14:00	SEI Campbell				
14:30					
15:00	ZUMBA45				
15:30	15:10~15:55 Reiko		骨盤底筋 トレーニングヨガ60		
16:00			15:30~16:30 羽原		
16:30	エアロ45 16:15~17:00 Reiko				
17:00			ヨガニドラ ~眠るヨガ~45 16:50~17:35 羽原		
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					

閉館時間 20:00