

ゼクシス広島 特別スケジュール

10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 		ハタヨガ45 10:30~11:15 住谷 奈緒子		
11:00					
11:30	リトモス45 11:30~12:15 梶川 倫世 	RADICAL FITNESS FightDo45 11:40~12:25 静真 	脂肪燃焼ヨガ45 11:30~12:15 住谷 奈緒子 		アクア30 11:30~12:00 中田 
12:00	LES MILLS				
12:30	BODY JAM60	RADICAL FITNESS			
13:00	12:35~13:35 梶川 倫世 	X55 45 12:50~13:35 SEIYA 	やさしいヨガ45 13:00~13:45 Emi 		
13:30					
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 	ベーシックヨガ45 14:05~14:50 Emi 		
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	マイルドフローヨガ45 15:15~16:00 AYU		
15:30					
16:00	有料イベント		アクティブフローヨガ45 16:15~17:00 AYU		
16:30	BODY COMBAT60 16:30~17:30 Atsushi & 三随智香子 				
17:00					
17:30					
18:00	エアロ45 18:00~18:45 岸本 さおり 				
18:30					
19:00					
19:30					

閉館時間 20:00