

ゼクシス広島 特別スケジュール

2月11日(水祝)

	8F	10F	9F	10F
	A	B	C	ジム・スパ
	RADICAL FITNESS			
10:30	MEGA DANZ45 10:30~11:15	太極舞45 10:30~11:15	ハタヨガ45 10:25~11:10	
11:00	IZUMI	Reiko	河西ひとみ	
11:30			調整体操60	
12:00	IZUMI	ZUMBA45 11:40~12:25	11:30~12:30	misa
12:30	LES MILLS BODY COMBAT45	マサラバングラ45 12:40~13:25	マットストレッチ45 12:50 ~ 13:35	
13:00	SEIYA	北本 愛美	misa	
13:30		ラテンエアロ60		
14:00	FITHOP45 14:00~14:45	13:45~14:45	ヨガ ~太陽礼拝~45 14:00~14:45	
14:30	岸本 さおり	北本 愛美	shoco	
15:00	LES MILLS BODYPUMP60			
15:30	15:15~16:15		呼吸+体幹ヨガ60	
16:00	RYU・SEIYA・KOHEI	★ジョイント★	15:30~16:30	
16:30	RADICAL FITNESS	FightDo45	Hiromi	
17:00		16:40~17:25		
		静真		
17:30	LES MILLS	BODY ATTACK60	アクティブヨガ60 17:00~18:00	
18:00		17:45~18:45	Hiromi	
18:30	あつし			
19:00				
19:30				



閉館時間 20:00