

ゼクシス広島 特別スケジュール

2月23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	マットストレッチ45 10:30~11:15 SEIYA	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	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 12:35~13:35 梶川 倫世	X55 45 12:45~13:30 SEIYA	ベーシックヨガ45 13:00~13:45 MIKA		
13:00	LES MILLS				
13:30					
14:00	BODY PUMP45 14:00~14:45 RYU	整腰・骨盤調整45 14:00~14:45 みどり	パワーヨガ45 14:00~14:45 MIKA		
14:30					
15:00	ダンスエアロ45 15:00~15:45 chie	フラダンス45 15:00~15:45 みどり			
15:30					
16:00	ZUMBA 16:00~17:00 chie				
16:30					
17:00	LES MILLS				
17:30	BODY COMBAT60 17:30~18:30 SEIYA				
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					

祝日

閉館時間 20:00