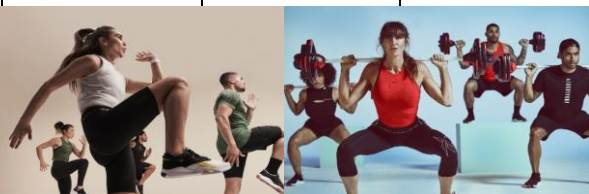


ゼクシス広島 特別スケジュール

8月10日(月)

	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	FITHOP45 10:30~11:15 岸本 さおり	ストレッチヨガ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	ハタヨガ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		LES MILLS ベーシックヨガ45 13:00~13:45 MIKA		
13:00					
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	ハタヨガ45 14:00~14:45 MIKA		
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			
15:30					
16:00					
16:30				 各種レッスンの 途中入場・途中退場は 固くお断りをしています	
17:00					
17:30					
18:00					
18:30	トレーニング基礎30 18:20~18:50 おすず&おしず ジョイント	エアロ45 18:40~19:25 岸本 さおり	ピラティス45 18:30~19:15 Reiko		
19:00	LES MILLS				
19:30	BODY PUMP45 19:25~20:10 虎さん	FITHOP45 19:40~20:25 岸本 さおり	ストレッチ45 19:30~20:15 Reiko		
20:00	LES MILLS				
20:30	BODY COMBAT45 20:30~21:15 Atsushi				
21:00					
					
	閉館時間 22:00				

