




NEXIS division TimeTable 2024. 5

		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00			18:00	19:00	20:00	21:00	ご案内 【当日枠参加チケット配布時間】 10:30のレッスン 10:00～ 11:30のレッスン 10:40～ 13:00(13:10)のレッスン 12:00～ 14:00のレッスン 13:10～ 14:10のレッスン 13:20～ 18:30～のレッスン 17:00～ 19:00～のレッスン 18:30～ 19:30～のレッスン 18:40～ 20:00～(20:10)のレッスン 19:10～ 20:30～のレッスン 19:40～ 上記の時間で配布を開始します ※当日参加枠のチケットは必ず参加者ご本人にてお取り下さい。チケットを取るためのレッスン中の途中退室はご遠慮ください。 ●GW特別休館日のご案内 5/3(金)4(土)5(日)をGW特別休館日とさせていただきます 5/2(木)通常営業 5/6(月)短縮営業となりますのでご確認の上ご来館ください。 ●5/6(月)振替休日 18:00閉館 10:30～ 優しいヴァイヤサフロー (atsuko) 11:30～ ストレッチヨガ (atsuko) 13:00～ ZUMBA (kenji) 14:00～ COMBAT (kenji) ●5/30(木) 休館日 営業時間のご確認をお願いします。 ★の表記=マット それ以外のレッスン=シューズが必要となります。 (フรายogaは不要)	
月	スタジオ	10:30(50)★ 優しいヴァイヤサフロー (atsuko) 定員20名	11:30(50)★ ストレッチヨガ (atsuko) 定員20名		13:00(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (junko) 定員20名	14:00(50) エアロビクスlo (kenji) 定員28名	スタッフ不在時間 平日 15:00から 17:00		18:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名	19:30(50) COMBAT (kenji) 定員28名	20:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名			
火	スタジオ	10:30(50)★ 姿勢改善エクササイズ (yoshimi) 定員20名	11:30(50) RITMOS (yoshimi) 定員28名		13:00(50) フรายoga (junko) 定員28名	14:00(50)★ Pilates (junko) 定員20名				19:00(50)★ ストレッチヨガ (atsuko) 定員20名		20:10(50)★ STRONG NATION (hiromichi) 定員20名		
水	スタジオ	10:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名	11:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名		13:10(50)★ yoga beauty (mayumi) 定員20名	14:10(50)★ Femトレ (junko) 定員20名		【女性限定】		18:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	19:30(50)★ 姿勢改善エクササイズ (yoshimi) 定員20名	20:30(50) RITMOS (yoshimi) 定員28名		
木	スタジオ	10:30(50)★ yoga beauty (atsuko) 定員20名	11:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名		13:00(50)★ バレエストレッチ (asaki) 定員20名	14:00(50)★ Coreエアロ (junko) 定員20名					19:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員15名	20:00(50)★ SUPER HIP (junko) 定員20名		
金	スタジオ	10:30(50) ZUMBA (yukiko) 定員28名	11:30(50)★ yoga beauty (yukiko) 定員20名		13:00(50)★ ヒップThe Body (yukiko) 定員20名	14:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員15名				18:30(50)★ yoga beauty (atsuko) 定員20名	19:30(50) FIGHT DO RADICAL FITNESS (kenji) 定員28名	20:30(50) サーキットPower (kenji) 定員15名		
土	スタジオ	10:30(50) FIGHT DO RADICAL FITNESS (kenji) 定員28名	11:30(50)★ 身体ほぐしヨガ (atsuko) 定員20名		13:00(50)★ 優しいヴァイヤサフロー (atsuko) 定員20名	14:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (kenji) 定員15名			土日18:00閉館 ●代行レッスンのご案内 5/1(水)11:30 ZUMBA → フรายoga 担当:junko 5/2(木)14:00 Coreエアロ → エアロビクスlo 担当:kenji 5/2(木)20:00 SUPER HIP → ZUMBA 担当:kenji 5/7(火)13:00 フรายoga → ★OXIGENO 担当:asaki 5/7(火)14:00 Pilates → ★ストレッチヨガ 担当:atsuko 5/27(月)10:30 優しいヴァイヤサフロー → フรายoga 担当:junko 5/27(月)11:30 ストレッチヨガ → ★JSAストレッチ 担当:junko 5/28(火)19:00 ストレッチヨガ → ★JSAストレッチ 担当:junko ※4月20日時点で確定している代行レッスンとなります 20日以降に発生した代行レッスンは館内掲示またはインスタグラムでご案内させていただきます。					
日	スタジオ	10:30(50) 適替わりレッスン (下記をご覧ください)	11:30(50) 適替わりレッスン (下記をご覧ください)		13:00(50) COMBAT (kenji) 定員28名									
		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00		17:00	18:00	19:00	20:00	21:00		
日曜日 適替わり レッスン 内容	5日	GW特別休館日			12日	10:30(50)★ ベーシックyoga (maika) 定員20名		11:30(50)★ Pilates (maika) 定員20名	19日	10:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	11:30(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員15名	26日		10:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名
		 新世代劇活フィットネススタジオ 代行情報などはコチラでチェック		 @NEXISdivision フォローお願いします★		 @NEXISDIVISION		■営業時間■ 平日 10:00～22:00 スタッフ不在時間 15:00～17:00 00 土日祝 10:00～18:00 休館日 毎月最終木曜日 TEL: 0836-39-5555						