



NEXIS division TimeTable 2024. 6

		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		18:00		19:00		20:00		21:00		ご案内	
月	スタジオ		10:30(50)★ 優しい ヴィンヤサフロー (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			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							<p>【当日枠参加チケット配布時間】</p> <p>10:30のレッスン 10:00～ 11:30のレッスン 10:40～</p> <p>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～</p> <p>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～</p> <p>上記の時間で配布を開始します</p> <p>※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。</p> <p>●営業についてのご案内</p> <p>・6月の特別営業はございません</p> <p>・6/27(木) 休館日</p> <p>営業時間のご確認をお願いします。</p> <p>●FIGHT DO&OXIGENO&UBOUND 3ヵ月目 最終月突入！！</p> <p>自信を持って音楽を楽しみながら 思い切り動きましょう！ 初心者の方でも安心してご参加 いただけます！</p> <p>★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。 (フラヨガは不要)</p>
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) フラyoga (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				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 ヴィンヤサフロー (atsuko) 定員20名	14:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (kenji) 定員15名				◆代行レッスンのご案内◆ 6/29(土) 11:30～身体ほぐしヨガ → yoga beauty 担当: mayumi 6/29(土) 13:00～ヴィンヤサフロー → Pilates 担当: mayumi									
日	スタジオ		10:30(50) 週替わりレッスン (下記をご覧ください)	11:30(50) 週替わりレッスン (下記をご覧ください)			13:00(50) COMBAT (kenji) 定員28名					※5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。									
		10:00	11:00		12:00		13:00		14:00		17:00		18:00		19:00		20:00		21:00		
日曜日 週替わり レッスン 内容	2日	10:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (junko) 定員20名	11:30(50)★ JSA ストレッチ (junko) 定員20名	9日	10:30(50)★ ベーシック yoga (maika) 定員20名	11:30(50)★ Pilates (maika) 定員20名	16日	10:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	11:30(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員15名	23日	10:30(50)★ yoga beauty (makol) 定員20名	11:30(50)★ ストレッチ ヨガ (makol) 定員20名	30日	10:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名	11:30(50)★ JSA ストレッチ (junko) 定員20名	代行情報などはコチラでチェック♪		  <p>@NEXISdivision フォローお願いします★</p>		<p>■営業時間■</p> <p>平日 10:00～22:00 スタッフ不在時間 15:00～17:00 土日祝 10:00～18:00 休館日 毎月最終木曜日 TEL: 0836-39-5555</p>	

スタッフ
不在時間
平日
15:00
から
17:00

平日
22:00
閉館