

NEXIS division TimeTable 2024. 8

		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) エアロピクス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		平日 22:00 閉館
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) フレイヤ (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	【女性限定】 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18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18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18名			●代行レッスンのご案内 8/28(水)18:30 oxigeno 担当:junko 8/29(木)11:30 oxigeno → ★ストレッチヨガ 担当:atsuko 8/29(木)13:00 バレエストレッチ → ★JSAストレッチ 担当:junko 8/29(木)19:00 UBOUND → ★フレイヤ 担当:junko ※7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) 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				土日 18:00 閉館				
		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	4日	10:30(50)★ yoga beauty (mako) 定員20名	11:30(50)★ ストレッチ ヨガ (mako) 定員20名	11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	18日	10:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名	11:30(50)★ JSA ストレッチ (junko) 定員20名	25日	10:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	11:30(50)★ バレエ ストレッチ (asaki) 定員20名		

新世代動画フィットネススタジオ
NEXIS division



@NEXISdivision
フォローお願いします★



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