

# NEXIS division TimeTable 2026. 2

月	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00		18:00	19:00	20:00	21:00		ご案内	
火	スタジオ	10:30(50)★ 優しい ヴィンヤサフロー (atsuko) 定員22名	11:30(50)★ ストレッチヨガ (atsuko) 定員22名		13:00(50)★ <b>OXIGENO</b> RADICAL FITNESS (junko) 定員20名	14:00(50) エアロピックスIo (kenji) 定員28名		18:30(50) <b>ZUMBA</b> (kenji) 定員28名	19:30(50) <b>COMBAT</b> (kenji) 定員28名	20:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名		【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～ 12:30のレッスン 11:40～ 13:00(13:10)のレッスン 12:00～ 13:30のレッスン 12:40～ 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 18:00～ 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～	
水	スタジオ	10:30(50)★ 姿勢改善 エクササイズ (yoshimi) 定員22名	11:30(50) <b>RITMOS</b> (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	スタッフ 不在時間 平日 15:00 から 17:00	19:00(50)★ ストレッチヨガ (atsuko) 定員22名	20:10(50)★ <b>STRONG NATION</b> (hiromichi) 定員22名			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。	
木	スタジオ	10:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名	11:30(50) <b>ZUMBA</b> (kenji) 定員28名		13:10(50)★ yoga beauty (mayumi) 定員22名	14:10(50)★ Femトレ (junko) 定員22名		18:30(50)★ <b>OXIGENO</b> RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	19:30(50)★ 姿勢改善 エクササイズ (yoshimi) 定員22名	20:30(50) <b>RITMOS</b> (yoshimi) 定員28名	22:00 閉館	●2/11(水) 建国記念の日18:00閉館 10:30～ Pilates (junko) 11:30～ ZUMBA (kenji)  13:10～ yoga beauty (mayumi) 14:10～ Femトレ (junko)	
金	スタジオ	10:30(50)★ yoga beauty (atsuko) 定員22名	11:30(50)★ <b>OXIGENO</b> RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名		13:00(50)★ バレエ ストレッチ (asaki) 定員22名	14:00(50)★ Coreエアロ (junko) 定員22名		19:00(50) <b>UBOUND</b> RADICAL FITNESS (asaki) 定員18名	20:00(50) フラyoga (junko) 定員28名			●2/23(月) 天皇誕生日18:00閉館 10:30～ 優しいヴィンヤサフロー (atsuko)  11:30～ ストレッチヨガ (atsuko)  13:00～ ZUMBA(kenji) 14:00～ OXIGENO (junko)	
土	スタジオ	10:30(50) <b>FIGHT DO</b> RADICAL FITNESS (kenji) 定員28名	11:30(50)★ 身体ほぐしヨガ (atsuko) 定員22名	12:30(50)★ 優しい ヴィンヤサフロー (atsuko) 定員22名		14:00(50) <b>UBOUND</b> RADICAL FITNESS (kenji) 定員18名						●2/26(木)休館日	
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) <b>COMBAT</b> (kenji) 定員28名							★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yogaは不要)	
		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	1日	10:30(50)★ <b>OXIGENO</b> RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	11:30(50) バレエ ストレッチ (asaki) 定員22名	8日	10:30(50)★ エナシーフロー <sup>ヨガ</sup> (shoko) 定員22名	11:30(50)★ ストレッチ <sup>ヨガ</sup> (shoko) 定員22名	15日	10:30(50) <b>ZUMBA</b> (yukiko) 定員28名	11:30(50)★ リフレッシュ <sup>yoga</sup> (yukiko) 定員22名	22日	10:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名	11:30(50) <b>ZUMBA</b> (kenji) 定員28名	■ 営業時間 ■ 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

新世代 藥活 フィットネススタジオ  
**NEXIS division**

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★

