

## NEXIS division TimeTable 2026. 2

		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	スタッフ 不在時間  平日 15:00 から 17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	平日 22:00 閉館	【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～  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。  ●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)  ●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)  ●2/26(木)休館日  ★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)		
月	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)★ 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				
火	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) 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22名	20:10(50)★ STRONG NATION (hiromichi) 定員22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22名		【女性限定】 14:10(50)★ Femトレ (junko) 定員22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22名			20:30(50) RITMOS (yoshimi) 定員28名	
木	スタジオ		10:30(50)★ yoga beauty (atsuko) 定員22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22名		14:00(50)★ Coreエアロ (junko) 定員22名		19:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員18名	20:00(50) フラyoga (junko) 定員28名				
金	スタジオ		10:30(50) ZUMBA (yukiko) 定員28名	11:30(50)★ 機能改善 Pilates (yukiko) 定員22名		13:00(50)★ リフレッシュ yoga (yukiko) 定員22名		14:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員18名		18:30(50)★ yoga beauty (atsuko) 定員22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22名	12:30(50)★ 優しい ヴィンヤサフロー (atsuko) 定員22名			14:00(50) UBOUND RADICAL FITNESS (kenji) 定員18名		●代行レッスンのご案内(1/20時点) 代行の予定はありません。  ※20日以降の代行レッスンは掲示,インスタグラムにてご案内します					
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	1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22名	8日	10:30(50)★ エナジーフロ ーヨガ (shoko) 定員22名	11:30(50)★ ストレッチ ヨガ (shoko) 定員22名	15日	10:30(50) ZUMBA (yukiko) 定員28名	11:30(50)★ リフレッシュ yoga (yukiko) 定員22名	22日	10:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名	11:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名			
<div>新世代劇団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♪</div> <div></div> @NEXISdivision フォローをお願いします★ <div></div> @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															