

# NEXIS division TimeTable 2026. 4

		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22名		11:30(50)★ ストレッチヨガ (atsuko) 定員22名				13:00(50)★ JSAストレッチ (junko) 定員22名		14:00(50) エアロピクス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~ 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~</p> <p>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~</p> <p>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。</p> <p>●FIGHT DO® &amp; OXIGENO® &amp; UBOUND® 4~6月 新verスタート!! 新しい音楽、動きの流れを 楽しみましょう!!</p> <p>●3/26(木)休館日</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。 (フレイグは不要)</p>	
火	スタジオ		10:30(50)★ 姿勢改善 エクササイズ (yoshimi) 定員22名		11:30(50) RITMOS (yoshimi) 定員28名				13:00(50) フレイグ (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		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) フレイグ (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				<p>●代行レッスンのご案内(3/20時点)</p> <p>4/24(金)10:30~ ZUMBA ⇒ OXIGENO 担当: asaki 4/24(金)11:30~ 機能改善Pilates ⇒ バレエストレッチ 担当: asaki 4/24(金)13:00~ リフレッシュyoga 担当: shoko</p> <p>※20日以降の代行レッスンは掲示、Instagramにてご案内します</p>								
日	スタジオ		10:30(50) 交替わりレッスン (下記をご覧ください)		11:30(50) 交替わりレッスン (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 交替わり レッスン 内容	5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	12日	10:30(50)★ Pilates (junko) 定員20名	11:30(50) ZUMBA (kenji) 定員28名	19日	10:30(50)★ OXIGENO RADICAL FITNESS (asaki) 定員20名	11:30(50) UBOUND RADICAL FITNESS (asaki) 定員18名	26日	10:30(50)★ エナジーフー ヨガ (shoko) 定員22名	11:30(50)★ ストレッチ ヨガ (shoko) 定員22名	<p>●代行レッスンのご案内(3/20時点)</p> <p>4/24(金)10:30~ ZUMBA ⇒ OXIGENO 担当: asaki 4/24(金)11:30~ 機能改善Pilates ⇒ バレエストレッチ 担当: asaki 4/24(金)13:00~ リフレッシュyoga 担当: shoko</p> <p>※20日以降の代行レッスンは掲示、Instagramにてご案内します</p>										
													@NEXISdivision フォローお願いします★				<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 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

●代行レッスンのご案内(3/20時点)

4/24(金)10:30~ ZUMBA ⇒ OXIGENO 担当: asaki  
4/24(金)11:30~ 機能改善Pilates ⇒ バレエストレッチ 担当: asaki  
4/24(金)13:00~ リフレッシュyoga 担当: shoko

※20日以降の代行レッスンは掲示、Instagramにてご案内します

新世代 最先端 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★

©NEXISDIVISION