

2021.7~



# SHARE FITNESS <RADICAL VIRTUAL> TIME SCHEDULE



	月	火	水	木	金	土	日
	Bスタジオ	Bスタジオ		Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ
17:00			休館日				
18:00						RV 18:00~18:30 OXIGENO	RV 17:50~18:20 HYPER C
19:00	RV 19:15~19:45 MEGADANZ			RV 19:15~19:45 MEGADANZ		RV 19:15~19:45 HYPER C	RV 19:00~19:30 MEGADANZ
20:00		RV 19:30~20:00 FIGHT DO			RV 19:30~20:00 UBOUND		
21:00	RV 20:15~20:45 UBOUND	RV 20:30~21:00 OXIGENO			RV 20:15~20:45 HYPER C	RV 20:30~21:00 FIGHT DO	
22:00					RV 21:15~21:45 OXIGENO	RV 21:30~22:00 OXIGENO	RV 21:00~21:30 UBOUND
23:00	RV 22:15~22:45 OXIGENO	RV 22:30~23:00 MEGADANZ			RV 22:15~22:45 FIGHT DO	RV 22:30~23:00 X 55	
0:00	RV 23:15~23:45 HYPER C	RV 23:30~0:00 HYPER C			RV 23:15~23:45 ELEVEN	RV 23:30~0:00 HYPER C	RV 23:00~23:30 ELEVEN
1:00							

## ▼ Share Fitnessのご利用方法

Share Fitness (シェアフィットネス) とは、当社施設を TRIAXIS (施設運営) とインストラクター (指導提供) でシェアし、お客様の健康をサポートする全く新しいスポーツクラブの形式となります。単にレッスンの有料化ではございません。当社に活動登録頂いたインストラクターが個々にプログラム内容や参加料金を設定し、提供させていただきますので、個性溢れるインストラクターが集い、個性溢れるレッスンプログラムをお楽しみ頂けます。

### ・レッスンの参加方法

1. レッスンチケットを TRIAXIS フロントにて事前にお買い求めください。<3月25日(木)販売開始>
2. レッスン予約専用ラックをにて、レッスン開催1週間前よりご予約を開始致します。定員数に限りがございますので、キャンセルの場合は必ずお申し出下さい。
3. 予約順にご入場頂きますので、お並び頂く必要はございません。
4. スタジオご入場の際、参加料相当のチケット枚数をインストラクターにお渡しください。



▲レッスン予約専用ラック

### ・レッスンチケットの購入について

フロントにて事前にお求めください。(1,000円(税込):100円チケット10枚綴り)

※レッスンチケットの有効期限はありません。  
 ※コピーしたチケットを利用することはできません。  
 ※ご家族・ご友人とのチケットの共有が可能です。一緒にお使いください。  
 ※レッスンチケットの払戻しはできません。



## ▼ RADICAL VIRTUAL プログラム

プログラム名	内容
<b>HYPER C (コアHIIT系)</b> <ハイパー シー>	腹部と臀部の筋力強化を効果的に実現できる高強度プログラム (HIIT)。
<b>ELEVEN (全身HIIT系)</b> <イレブン>	自重のみを利用した高強度なファンクショナルトレーニングプログラム (HIIT)。
<b>X 55 (カーディオ系)</b> <エクストリーム55>	ステップ台自重・ライトウエイトを使用した全身トレーニングプログラム。
<b>FIGHT DO (格闘技系)</b> <ファイドウ>	キックボクシング・ムエタイ・マーシャルアーツの動きを取り入れた有酸素プログラム。
<b>OXIGENO (調整系)</b> <オキシジェノ>	ダイナミックストレッチ・ピラティスヨガ太極拳の要素を取り入れた調整系プログラム。
<b>UBOUND (トランポリン系)</b> <ユーバウンド>	ミニトランポリンを使用する高強度ながら関節への負担が少ない有酸素プログラム
<b>MEGA DANZ (ダンス系)</b> <メガダンス>	世界のあらゆるダンスジャンルを楽しむことができるプログラム。
<b>RADICAL POWER (筋コン系)</b> <ラディカルパワー>	バーベルとプレートを使用して全身の筋力向上を目指すプログラム。

トライアクシス 夙川

〒662-0977 兵庫県西宮市神楽町 9-5  
TEL:0798-23-5050

受付時間	9:00~19:00
休館日	毎週水曜日(水曜9:00~翌木曜9:00まで) 年末年始 その他施設点検日