

アイレックススポーツクラブ春日井+24 レッスンタイムスケジュール 2024年12月

【営業時間】24時間営業
 【スタッフ在館時間】月～水・金/10:00～23:00 土曜/10:00～21:00 日祝/10:00～20:00

	月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日				日曜日								
	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ピラティス	プールエリア					
10:00																													
11:00	10:30～11:15 身体改善ヨガ	10:30～11:20 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ あい奈			10:45～11:30 MEGADANZ RACIAL FITNESS 南木あさみ		10:30～11:15 はじめて ピラティス	10:30～11:00 ウォーターシェイプ 石塚由美					11:00～11:45 ナチュラルヨガ 高田純子	11:00～11:30 筋膜リリース ストレッチ	11:00～11:45 はじめて ピラティス	11:00～11:45 ウォーターシェイプ 塚本朋子	11:00～11:45 ZUMBA YUMI	11:00～11:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 相崎貴子		11:00～11:45 ウォーターシェイプ HIYORI	11:00～11:45 CENTERGY KOHHEI	11:00～11:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 週替わり							
12:00	11:45～12:30 ナチュラルヨガ 追口律子	11:35～13:30 リラックス溶岩浴	12:00～12:45 はじめて ピラティス		12:00～12:45 CENTERGY REIKO				12:15～13:00 ピラティス 追口律子				12:10～12:40 UBOUND STAFF	12:10～12:55 ピラティス ASUMI			12:15～13:00 POWER YURIKO	12:05～13:00 リラックス溶岩浴		12:05～12:50 MEGADANZ TAIKO	12:05～13:45 リラックス溶岩浴		12:00～12:30 アクアバーベル スタッフ						
13:00	12:50～13:35 ZUMBA Yuka				13:10～13:55 FIGHT DO KOHHEI				13:20～14:05 CENTERGY SHIHO				13:05～13:50 MEGADANZ 大城あいり	13:25～13:55 骨盤ケア ストレッチ	13:30～14:15 はじめて ピラティス		13:20～14:05 UBOUND YURIKO	13:20～14:10 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ 週替わり		13:10～13:55 FIGHT DO HAYATO		12:45～13:30 はじめて ピラティス							
14:00	14:00～14:30 POWER YOSHITO	14:15～15:05 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ Yuka			14:15～15:00 Fun!Fun!エアロ KAORI	14:20～15:05 CENTERGY REIKO			14:25～15:10 UBOUND 土田真由				14:10～14:40 FIGHT DO HAYATO	14:15～15:00 身体改善ヨガ スタッフ			14:30～15:00 筋膜リリース ストレッチ	14:40～15:30 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり		14:20～15:05 UBOUND HAYATO	14:00～14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり		12:45～13:30 はじめて ピラティス						
15:00	15:00～15:30 筋膜リリース ストレッチ								14:45～15:35 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ REIKO																				
16:00									15:30～16:00 バレトン 土田真由																				
17:00		15:20～18:30 リラックス溶岩浴																											
18:00																													
19:00	19:00～19:45 ZUMBA 篠原ゆきえ	19:00～19:50 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ megu	19:00～19:45 はじめて ピラティス		19:00～19:30 FIGHT DO YURIKO	19:00～19:45 バレトン Ma-yo			19:10～19:55 UBOUND HAYATO				19:10～19:55 CENTERGY KURO	19:00～19:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ YUKIKO			19:30～20:15 LABORALS BODYATTACK YUHO	18:30～19:20 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ カヨ											
20:00	20:05～20:50 CENTERGY YURIKO	20:10～21:00 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 相崎貴子			20:05～20:35 MEGADANZ YOSHITO	20:00～20:45 はじめて ピラティス			20:15～21:00 FIGHT DO KOHHEI				20:15～21:00 MEGADANZ 酒井智子	20:15～20:45 筋膜リリース ストレッチ															
21:00	21:15～22:00 LABORALS BODYATTACK YURIKO	21:20～22:10 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 相崎貴子			20:55～21:25 UBOUND WATARU		20:30～21:15 ウォーターシェイプ 長尾佳美		21:20～22:05 LABORALS BODYATTACK KOHHEI				21:00～21:30 ウォーターシェイプ TSUBOI																
22:00					21:45～22:15 POWER WATARU	21:15～22:00 ナチュラルヨガ 稲垣寿美恵																							
23:00																													

ご案内

- 全レッスンWEBより予約をしてご参加ください。
- 同時予約数は4枠までです。
- レッスン開始10分前までに予約が可能ですが、
- レッスン開始20分前までにキャンセルが可能です。
- YOGAN HOT YOGA(330円税込)、ピラティススタジオレッスン(1,650円税込)は有料です。

スタジオエリア定員数

エナジースタジオ / 50名
 溶岩ホットスタジオ / 20名
 ピラティススタジオ / 8名

プールエリア定員数

ウォーターシェイプ / 45名
 アクアバーベル / 16名