

アイレックススポーツクラブ春日井 8周年特別レッスンスケジュール

アイレックススポーツクラブ春日井 8周年特別レッスンスケジュール

時間	6/12(日)				6/13(月)				6/14(火)				
	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア	
10:00				■ 筋トレプラス♪ ストレッチした朝にしたい方へ!									
11:00	GROUP CENTERGY MAKKO	Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ エリ		■ 10:30~11:15 身体改善教室 & 筋トレ スタッフ	■ 10:30~11:20 Yogan Hot Yoga ポチメイク ホットヨガ あい香		■ 11:00~11:45 ウォーターシェイブ SHIHO		■ 11:00~11:45 ZUMBA 福岡	■ 11:00~11:45 GROUP CENTERGY REKO	■ 11:00~11:20 美脚トレーニング	■ 10:30~11:00 美マキ&ストレッチ 石塚由美	
12:00	FIGTH DO パクタンバーMIX MAKKO		■ 12:00~12:30 アクアパーベル スタッフ	■ ナチュラルヨガ 小栗友紀	■ リラックス溶岩浴				■ 12:05~12:50 MEGA DANZ 福岡	■ 11:30~11:50 美脚トレーニング		■ 11:15~12:00 美マキ & ストレッチ 石塚由美	
13:00	POWER YUYA	■ 12:05~12:50 THE Peach Hip		■ 12:50~13:35 ZUMBA YUKI	■ 13:00~13:50 Yogan Hot Yoga ポチメイク ホットヨガ MIKA				■ 12:30~13:00 骨盤ケアストレッチ スタッフ	■ 13:10~13:55 POWER KOSSY	■ 13:05~13:25 筋力リリース		
14:00	U-BOUND パクタンバーMIX KURU	■ 14:00~14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ ひとみ		■ 13:55~14:40 FIGTH DO パクタンバーMIX KURO				■ 14:15~15:00 かんたんキックボクシング KAORI	■ 12:30~13:00 骨盤ケアストレッチ スタッフ	■ 13:30~14:00 美脚トレーニング KAORI		■ 11:40~12:00 かんたんストレッチ	
15:00				■ 15:00~15:30 BODY ATTACK パクタンバーMIX KURO	■ 15:00~15:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション アロマホットヨガ 追口律子			■ 14:20~15:05 GROUP CENTERGY REKO	■ 13:05~13:25 筋力リリース	■ 14:05~14:25 コアトレーニング		■ 11:45~12:05 美脚トレーニング	
16:00	15:30~16:15 マールシャル フローヨガ HANA								■ 14:40~15:00 THE Peach Hip	■ 14:40~15:00 THE Peach Hip		■ 12:15~12:35 筋力サーキット	
17:00				■ 15:10~18:30 リラクゼーション									■ 12:05~13:00 U-BOUND パクタンバーMIX KOSSY
18:00													■ 12:10~12:40 U-BOUND パクタンバーMIX KOSSY
19:00													■ 12:10~12:55 マールシャル フローヨガ 小栗友紀
20:00													■ 13:05~13:50 MEGADANZ 大城あかり
21:00													■ 13:25~13:55 骨盤ケア & コアトレ
22:00													■ 13:30~14:00 U-BOUND パクタンバーMIX AKARI

時間	6/15(水)				6/17(金)				6/18(土)			
	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	ジムエリア	プールエリア
10:00												
11:00												
12:00												
13:00												
14:00												
15:00												
16:00												
17:00												
18:00												
19:00												
20:00												
21:00												
22:00												

カムバック①
MAKIKO
あのMAKIKOが
センチジャーと
FIGTH DOで
春日井店に
帰ってくる?!
初日から
ビックゲストの
登場です★

カムバック②
KURO
午前中は久々の登
場! 追い込みレッ
スンがお好きな方
へ★
カムバック③
YOSHITO
PREMIA支配人と
なったYOSHITOが
帰ってくる! 笑い
溢れるレッスンに
なる事間違いな
し!

カムバック④
YUHO
すでに特スケ恒例!
今回はアタックと
FIGTHDOで周年を盛
り上げます。

カムバック⑤
MOTO
初カムバック!
オールバック
ナンバーで
楽しめること
間違いなし!

**コーポレート
マスタートレーナー
大津輝幸**
スペシャルゲストと
して春日井店の周年
を祝しレッスン実施
決定★クオリティの
高いレッスン!
乞うご期待!!!

カムバック⑥
AKARI
春日井店の
レジェンド!
周年レッスン
最後にふさわ
しい最高の
レッスンをお
楽しみ下さい!

レッスンの予約について
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分前までの予約、レッスン開始
20分前までにキャンセルが可能です。(330円税込)
※がついているレッスンは
マイページ上で
『特別:アクアプログラム』と表示されます

ご案内
エナジースタジオ:34名
溶岩ホットスタジオ:17名
ウォーターシェイブ:34名
ジムプログラム:8名

■ 筋トレプラス♪
ストレッチした朝に
したい方へ!

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

アロマでさらに
リラクゼーション

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

ホットヨガ(特
別レッスン)で
ご予約下さい!

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

8をキーワードに
したレッスン!

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

周年限定★
スペシャルな
アクアビクス!

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

初めての方も
ご参加いただけます!

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★