

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2024年4月・5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 土日祝/10:00～20:00

	月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日			日曜日							
	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ					
10:00																				09:30~10:30			09:30~10:30				
11:00	11:00~11:30 MEGADANZ SHIORI		11:00~11:45 リフレッシュ ホットヨガ 川端 美保		10:45~11:30 バレトン IZUMI		11:00~11:45 キレイホットヨガ 松橋久美子		11:00~11:45 ラテンダンス 川端美保				10:35~11:05 骨盤ケアストレッチ 古川真知子	11:00~11:30 THE TRIP バーチャル	10:30~11:15 リフレッシュヨガ 二村麻穂		10:30~11:30 体育スクール	11:00~11:45 THE TRIP バーチャル		10:30~11:30 体育スクール	11:00~11:30 THE TRIP バーチャル		11:00~11:30 ゴールデン キッズ				
12:00	12:00~12:45 バレトン 光岡真紀	12:00~12:30 UBOUND SHIORI			12:00~12:30 FIGHT DO KINOPPI	11:45~12:15 THE TRIP バーチャル	12:05~12:50 CENTERGY IZUMI					12:15~12:45 THE TRIP YUKI			11:35~12:20 キレイホットヨガ 二村麻穂		11:30~12:30 体育スクール			11:30~12:30 ゴールデン キッズ			12:00~12:30 筋膜リリースストレッチ RYO				
13:00	13:15~14:00 ZUMBA 光岡真紀	13:15~13:45 THE TRIP バーチャル	13:00~13:45 キレイホットヨガ 松橋久美子		13:05~13:50 身体改善ヨガ KINOPPI	13:00~13:30 RPM バーチャル	13:15~14:00 ナチュラルヨガ 光岡真紀					13:00~13:45 CENTERGY CHINATSU					13:00~13:45 FIGHT DO JOZZ		13:10~13:40 筋膜リリースストレッチ スタッフ		13:15~13:45 THE TRIP JOZZ			12:30~13:30 ゴールデン キッズ			
14:00													14:00~14:30 THE TRIP バーチャル		13:45~14:30 リフレッシュ ホットヨガ 加藤美里								13:45~14:15 THE TRIP バーチャル		14:15~15:00 CENTERGY CHINATSU		
15:00																							14:30~15:15 THE TRIP バーチャル				
16:00	15:45~16:45 ゴールデン キッズ				15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 ゴールデン キッズ				15:45~16:45 スイミング スクール				15:45~16:45 スイミング スクール						15:00~16:00 ゴールデン キッズ	15:05~15:35 BODYATTACK RYO	15:00~15:45 THE TRIP バーチャル	15:55~16:25 FIGHT DO RYO	16:00~16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄
17:00	16:45~17:45 ゴールデン キッズ				16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 ゴールデン キッズ				16:45~17:45 スイミング スクール				16:45~17:45 スイミング スクール						16:15~17:15 体育スクール	16:15~17:00 CENTERGY RYO	16:20~17:05 UBOUND SHIORI		
18:00	17:45~18:45 ゴールデン キッズ				17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 ゴールデン キッズ				17:45~18:45 スイミング スクール				17:45~18:45 スイミング スクール						17:15~18:15 体育スクール	18:00~18:30 sprint バーチャル		17:15~18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄	
19:00							18:45~19:15 骨盤ケアストレッチ KINOPPI	18:45~19:45 スイミング スクール	19:00~20:00 ゴールデン キッズ				18:45~19:45 スイミング スクール				18:45~19:45 スイミング スクール						19:00~20:00 ゴールデン キッズ	19:00~19:45 UBOUND NAHO	19:00~19:45 CENTERGY RYO	18:45~19:45 スイミング スクール	
20:00	19:45~20:15 FIGHT DO KINOPPI	19:15~20:00 UBOUND SHIORI	19:30~20:15 キレイホットヨガ 山下真澄	19:45~20:15 スイミングスクール (3コース使用)	20:00~20:30 BODYATTACK YUKI	19:15~19:45 THE TRIP バーチャル	19:40~20:10 筋膜リリースストレッチ KINOPPI	19:45~20:15 スイミングスクール (3コース使用)					19:00~19:20 女性限定 THE Peach Hip KINOPPI	19:40~20:00 女性限定 くびれメイク KINOPPI		19:45~20:15 スイミングスクール (3コース使用)						20:00~20:45 CENTERGY Mai					
21:00	21:00~21:45 BODYATTACK TATEMU	20:45~21:15 THE TRIP KINOPPI	20:45~21:30 リフレッシュ ホットヨガ 山下真澄		21:00~21:45 ZUMBA 恒川翔	20:15~20:45 UBOUND SHIORI	20:45~21:30 CENTERGY CHINATSU					20:25~21:10 FIGHT DO KURO	20:20~20:50 UBOUND SHIORI		20:00~20:45 CENTERGY Mai		20:15~21:00 MEGADANZ NAHO	20:15~20:45 THE TRIP KINOPPI		20:15~21:00 MEGADANZ NAHO	20:15~20:45 THE TRIP KINOPPI						
22:00		21:45~22:15 THE TRIP バーチャル															21:20~21:50 BODYATTACK RYO	21:15~22:00 THE TRIP バーチャル	21:20~22:05 ナチュラルヨガ NAHO								
23:00																											

プール利用可能時間

- 平日
10:00~15:00・19:45~22:30
※祝日は15:00までのご利用となります。
- 日曜
13:30~19:30
※土曜日は終日ご利用頂けません。

プログラム参加について

- スタジオおよびプールのプログラム参加は事前予約制となります。会員マイページもしくは館内の専用端末からご予約ください。会員マイページの登録方法については、お気軽にスタッフまでお尋ねください。
- ご予約はレッスン開始10分前まで、キャンセルは20分前まで承ります。ご参加されない場合は、多くの方が参加できるよう必ず事前にキャンセル申し込みください。

レッスン定員

アリーナ / 21名
ホットスタジオ / 24名
グループスタジオ / 11名