

# 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	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	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 南木あさみ		10:30～11:00 ウォーターシェイプ 石塚由美												4/7:カヨ 4/14,4/28:エリ 4/21:海野
12:00	11:45～12:30 ナチュラルヨガ 迫口律子	11:35～13:30 リラックス溶岩浴		12:00～12:45 CENTERGY REIKO		11:15～12:00 ウォーターシェイプ 石塚由美												12:00～12:30 アクアバーベル スタッフ
13:00	13:00～13:30 FIGHT DO YOSHITO			13:10～13:55 ZUMBA Yuka														12:05～12:50 MEGADANZ TAIKO
14:00	14:00～14:30 POWER YOSHITO	14:00～14:50 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		12:15～13:00 ピラティス 迫口律子												12:05～13:45 リラックス溶岩浴
15:00	15:00～15:30 筋膜リリースストレッチ			14:20～15:05 CENTERGY REIKO		12:30～13:00 骨盤ケアストレッチ												13:10～13:55 POWER KAZZ
16:00				14:45～15:35 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ REIKO		13:20～14:05 CENTERGY SHIHO												14:00～14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 交替わり
17:00				15:30～16:00 バレトン 土田真由		13:30～14:00 ピラティス KAORI												14:20～15:05 FIGHT DO YURIKO
18:00				16:05～18:30 リラックス溶岩浴		14:25～15:10 UBOUND 土田真由												15:30～16:00 UBOUND YURIKO
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		19:20～20:05 MEGADANZ YOSHITO		15:05～18:30 リラックス溶岩浴												14:40～15:30 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 交替わり
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		20:25～21:10 UBOUND KAZZ		16:05～18:30 リラックス溶岩浴												18:30～19:20 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ カヨ
21:00	21:15～22:00 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		21:30～22:15 POWER KAZZ		16:05～18:30 リラックス溶岩浴												19:00～19:45 BODYATTACK YURIKO
22:00																		
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は有料です。(330円税込)

**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

**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