ILEX THE CLUB覚王山+24　GW特別レッスンタイムスケジュール

〔通常営業時間のご案内〕24時間
（スタッフ在館時間　平日/10:00～23:00　土・日・祝/10:00～20:00）

	5/2（金）		5/3（土）祝日		5/4（日）祝日		5/5（月）祝日		5/6（火）祝日		5/7（水）	
	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ
10:00												
11:00	10:45～11:30 ZUMBA Kana	有料 10:45～11:45 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ 吉田治子	11:00～12:00 GROUP CENTERGY バックナンバーミックス 拡大60分クラス KOTA	有料 11:30～12:30 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ 吉田治子	11:00～12:00 FIGHT DO バックナンバーミックス 拡大60分クラス KOTA	有料 11:30～12:30 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ MIZUHO	10:45～11:30 イキイキ・楽ヨガ♪ 久美子	有料 10:30～11:30 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ MAI	10:45～11:30 FIGHT DO バックナンバーミックス HAYATO	有料 10:45～11:45 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ SHINOBU	10:45～11:30 MEGADANZ 篠原ゆきえ	有料 11:10～12:10 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ HIRO
12:00	12:00～12:45 バレトン 吉満博子	有料 12:15～13:15 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ 吉田治子	12:30～13:30 MEGADANZ バックナンバーミックス 拡大60分クラス KOTA	リラックス溶岩浴 13:00～15:10	12:30～13:30 BODY ATTACK バックナンバーミックス 拡大60分クラス KOTA	有料 13:00～14:00 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ HIRO	12:00～12:45 POWER バックナンバーミックス KAZZ	有料 11:50～12:50 YOGAN HOT YOGA パワービューティー ホットヨガ MAI	12:00～12:30 UBOUND バックナンバーミックス HAYATO	リラックス溶岩浴 12:15～13:30	11:50～12:35 ZUMBA 篠原ゆきえ	リラックス溶岩浴 12:40～13:15
13:00	13:15～14:00 FIGHT DO バックナンバーミックス KOHHEI	GW限定 レッスン			13:50～14:20 筋膜リリースストレッチ KOTA		25名限定 13:10～13:55 MEGADANZ 南木あさみ & KOTA	コラボレッスン	12:55～13:40 ナチュラルヨガ 吉満博子		12:55～13:40 GROUP CENTERGY バックナンバーミックス ARIKA	
14:00	14:20～15:05 UBOUND 土田真由	リラックス溶岩浴 13:45～16:30	14:30～15:15 眼りのヨガ ゆう子		14:45～15:30 月礼拝 ゆう子	GW限定 レッスン	14:15～15:00 UBOUND バックナンバーミックス Hono		14:00～15:00 ZUMBA 拡大60分クラス TAKAKO	有料 14:00～15:00 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ 吉満博子	14:00～14:30 UBOUND バックナンバーミックス ARIKA	有料 13:45～14:45 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ SHINOBU
15:00	15:30～16:00 筋膜リリースストレッチ WATARU		15:45～16:15 POWER 紗瑛良	有料 15:40～16:40 YOGAN HOT YOGA リラクゼーションホットヨガ Misaki	15:50～16:35 UBOUND 土田真由	リラックス溶岩浴 14:30～18:00	25名限定 15:20～16:05 BODY ATTACK バックナンバーミックス KOTA & Hono	21名限定 15:20～16:05 フロアピラティス 西村太一	15:20～15:50 骨盤ケアストレッチ スタッフ	リラックス溶岩浴 15:30～16:30	14:50～15:35 眠りのヨガ ゆう子	リラックス溶岩浴 15:15～16:30
16:00			16:45～17:30 FIGHT DO バックナンバーミックス 紗瑛良	リラックス溶岩浴 17:10～18:00			コラボレッスン				GW限定 レッスン	
17:00												
18:00	20：15～ピラティス 21：20～リラックスヨガ アロマの香りで癒されませんか？ 翌日からの連休を楽しむ準備を しましょう！！											
19:00	19:30～20:00 POWER 高井　尚										19:30～20:15 GROUP CENTERGY SHINYA	
20:00	20:20～21:05 X55 高井　尚	20:15～21:00 アロマ ピラティス 迫口律子	セルフ営業時間（土・日・祝）　20:00～10:00								20:35～21:20 UBOUND バックナンバーミックス WATARU	有料 20:00～21:00 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ あすみ
21:00		21:20～21:50 アロマ リラックスヨガ 迫口律子										
22:00											21:40～22:25 FIGHT DO バックナンバーミックス WATARU	
23:00	セルフ営業時間 23:00～10:00										セルフ営業時間 23:00～10:00	

赤枠のレッスンは通常スケジュールと開始時刻や担当者、
実施内容などに変更があるプログラムです。
★印のレッスンは60分クラスに拡大したプログラムです。

新入社員の大田真也
レッスンデビュー

【GW特別ゲスト】
マイスタイル豊明所属 鈴木航平…5/2（金）FIGHT DO45分クラス
マイスタイル白壁所属 大塚紗瑛良…5/3（土）POWER30分クラス＋FIGHT DO45分クラス
ザ・クラブ豊田所属 加藤穂乃花…5/5（月）UBOUND45分クラス＋BODY ATTACK45分クラス
スポーツクラブ春日井所属 中村駿斗…5/6（火）FIGHT DO45分クラス＋UBOUND30分クラス

【新入社員のレッスンデビュー】
ザ・クラブ覚王山所属 大田真也…5/7（水）GROUP CENTERGY45分クラス