ILEX THE CLUB豊田+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 月~水・金/10:00~23:00 土・日・祝/10:00~20:00)

時間	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)								
	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	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					
10:00					9:30~10:30 体育スクール			9:30~10:30 ゴールデンキッズ			10:00																
11:00	10:35~11:20 ZUMBA 順菜	11:00~11:30 THE TRIP IKOU				10:30~11:15 ナチュラルヨガ Yasuko		10:30~11:30 ゴールデンキッズ		11:00~11:30 THE TRIP パーチャル				11:00~11:30 MEGADANZ バックナンバーMIX SHIORI		11:00~11:45 リフレッシュ ホットヨガ 川端美保		10:45~11:30 BODY ATTACK バックナンバーMIX TAKAHIRO	11:00~11:30 THE TRIP パーチャル	11:00~11:45 アシュタンガヨガ 松橋久美子		11:00~11:45 コアダンス 川端美保			11:15~12:00 リフレッシュヨガ 古川真知子		
12:00			11:30~12:15 GROUP CENTERGY バックナンバーMIX TAKAHIRO		12:15~12:45 UBOUND バックナンバーMIX Sayaka						GROUP CENTERGY デビュー!!			12:00~12:45 GROUP CENTERGY バックナンバーMIX CHIAKI	12:00~12:30 UBOUND バックナンバーMIX SHIORI			12:00~12:30 FIGHT DO バックナンバーMIX TAKAHIRO	12:05~12:50 フロアピラティス 迫口律子		12:05~12:35 ZUMBA 順菜	12:15~12:45 THE TRIP パーチャル			12:30~13:15 ストレッチボールヨガ 加藤美里		
13:00	13:00~13:45 MEGADANZ バックナンバーMIX TAKAHIRO		13:10~13:40 筋膜リリースストレッチ Sayaka		13:00~13:45 THE TRIP JOZZ	12:30~13:15 キレイホットヨガ 川端美保		12:30~13:30 ゴールデンキッズ		12:45~13:15 筋膜リリースストレッチ SHIORI				13:00~13:45 UBOUND バックナンバーMIX CHIAKI	13:15~13:45 キレイホットヨガ 松橋久美子			13:00~13:45 GROUP CENTERGY バックナンバーMIX CHIAKI	13:15~13:45 UBOUND バックナンバーMIX Sayaka		13:00~13:45 GROUP CENTERGY バックナンバーMIX CHIAKI	13:15~13:45 UBOUND バックナンバーMIX Sayaka			13:45~14:30 リフレッシュヨガ 加藤美里		
14:00	GWレッスンスケジュールスタート!! バックナンバーミックスで思い出の曲で 楽しみましょう!!					13:45~14:30 リラクゼーションヨガ 川端美保		14:00~14:45 MEGADANZ バックナンバーMIX SHIORI		13:45~14:15 THE TRIP パーチャル				13:35~14:20 MEGADANZ バックナンバーMIX NAHO				13:35~14:20 MEGADANZ バックナンバーMIX NAHO	12:30~13:15 UOUND バックナンバーMIX NAHO		14:30~15:00 UBOUND バックナンバーMIX SHIORI			13:45~14:30 アロマホットヨガ 加藤美里			
15:00					14:30~15:15 THE TRIP パーチャル			15:05~15:35 FIGHT DO バックナンバーMIX TATEMU		15:00~15:45 THE TRIP パーチャル				14:15~15:00 GROUP CENTERGY SHIORI													
16:00	15:45~16:45 体育スクール			15:45~16:45 スイミングスクール		16:15~17:00 GROUP CENTERGY バックナンバーMIX TAKAHIRO		15:55~16:25 BODY ATTACK バックナンバーMIX TATEMU		16:00~16:45 ナチュラルヨガ TAKAHIRO				15:45~16:45 ゴールデンキッズ	15:45~16:30 THE TRIP パーチャル			15:45~16:45 体育スクール				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			14:45~19:00 スタジオ開放	
17:00	16:45~17:45 体育スクール			16:45~17:45 スイミングスクール		17:00~17:30 RPM パーチャル		17:00~18:00 体育スクール		16:20~17:05 UBOUND バックナンバーMIX SHIORI				16:45~17:45 ゴールデンキッズ	17:30~18:00 THE TRIP パーチャル			16:45~17:45 体育スクール	17:00~17:30 RPM パーチャル		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		
18:00	17:45~18:45 体育スクール			17:45~18:45 スイミングスクール		18:00~18:30 SPRINT パーチャル				17:15~18:00 パワービューティ ホットヨガ TAKAHIRO				17:45~18:45 ゴールデンキッズ				17:45~18:45 体育スクール	18:00~18:30 SPRINT パーチャル		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		
19:00	19:00~20:00 ゴールデンキッズ	19:00~19:45 UBOUND バックナンバーMIX SHIORI		19:45~20:15 スイミングスクール (3コース使用)				GWレッスンスケジュール限定 森山支配人によるヨガ2本立て 16:00~ナチュラルヨガ 17:15~パワービューティホットヨガ								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			18:45~19:45 スイミングスクール				
20:00	20:15~21:00 FIGHT DO バックナンバーMIX JOZZ	20:15~20:45 THE TRIP パーチャル	20:00~20:45 ハレトシ 都美香		セルフ営業時間 20:00~10:00																						
21:00		21:15~22:00 THE TRIP パーチャル	21:15~22:00 リフレッシュヨガ 都美香		セルフ営業時間 20:00~10:00																						
22:00					セルフ営業時間 20:00~10:00																						
23:00	セルフ営業時間 23:00~10:00				セルフ営業時間 23:00~10:00																						

【特別ゲスト】
 5/2(金) ザ・クラブ覚王山より都美香インストラクター
 5/3(土) マイスタイル豊明よりYasukoインストラクター
 5/6(火) スポーツクラブ春日井より迫口律子インストラクター
 5/7(水) スポーツクラブPREMIAより新田悠森トレーナー

【新カテゴリーのレッスンデビュー】
 5/4(日) 11:30~12:15
 5/5(月/祝) 14:15~15:00
 SHIORIがGroupCentergyデビューします!!

今年は、あれもこれも
 バックナンバーミックス祭り!!
 GWレッスンスケジュールの最終クラスは Hono
 と TATEMU のコラボレッスン!!
 みんなで騒ぎましょう!!

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GW限定レッスンです。

【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。

【レッスン定員数】
 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

20:15~21:00
 FIGHT DO バックナンバーMIX TAKAHIRO

20:20~20:50
 UBOUND マツハ

20:30~21:15
 GROUP CENTERGY 新田悠森

初登場!!

21:30~22:15
 BODY ATTACK バックナンバーMIX Hono & TATEMU

21:20~22:05
 THE TRIP パーチャル

コラボレッスン

セルフ営業時間 23:00~10:00