

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2025年6月・7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	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	
10:00																	09:30～10:30 体育スクール			09:30～10:30 ゴールデンキッズ			10:00
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	11:00～11:30 THE TRIP バーチャル	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		11:15～12:00 リフレッシュヨガ 古川 真知子	10:35～11:20 ZUMBA 順菜	11:00～11:30 THE TRIP IKOU	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		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 バーチャル	10:30～11:00 筋膜リリースストレッチ WATARU	11:00	
12:00	12:00～12:45 バレトン 光岡真紀	12:00～12:30 UBOUND SHIORI	15名限定 12:10～12:40 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ WATARU		11:50～12:20 FIGHT DO TAKAHIRO				12:05～12:35 ZUMBA 順菜	12:00～12:30 UBOUND CHIAKI				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	11:30～12:15 UBOUND Hono	15名限定 11:35～12:05 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ TAKAHIRO	11:30～12:30 ゴールデン キッズ		11:30～12:15 CENTERGY WATARU	12:00	
13:00	13:15～14:00 ZUMBA 光岡真紀	13:15～13:45 UBOUND WATARU	13:00～13:45 キレイホットヨガ 松橋久美子		12:40～13:25 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ IYORI				13:00～13:45 CENTERGY CHIAKI	13:15～13:45 UBOUND Sayaka	12:30～13:15 ナチュラルヨガ 加藤美里				13:10～13:40 筋膜リリースストレッチ Sayaka			13:15～13:45 THE TRIP JOZZ			12:45～13:30 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ WATARU	13:00	
14:00		14:15～14:45 THE TRIP バーチャル	14:15～15:00 CENTERGY WATARU		13:45～14:30 MEGADANZ SHIORI	13:45～14:15 UBOUND IYORI					13:45～14:30 リフレッシュ ホットヨガ 加藤美里						14:00～15:00 ゴールデン キッズ	14:30～15:15 THE TRIP バーチャル		13:45～14:15 THE TRIP バーチャル		14:00	
15:00																							15:00
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 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											15:55～16:25 BODYATTACK TATEMU		16:00～16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄	16:00
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 体育スクール			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								16:15～17:15 体育スクール		16:15～17:00 CENTERGY TAKAHIRO		16:20～17:05 UBOUND SHIORI		17:00
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 体育スクール			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								17:15～18:15 体育スクール					17:15～18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄	18:00
19:00		19:15～20:00		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	19:15～19:45 UBOUND マツハ					18:45～19:45 スイミング スクール								19:00
20:00	19:30～20:15 FIGHT DO WATARU	UBOUND Hono	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)	19:30～20:15 BODYATTACK Hono			19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)				20:15～21:00 MEGADANZ SHIORI	20:20～20:50 THE TRIP マツハ		20:05～20:50 リフレッシュヨガ 理香								20:00
21:00	21:00～21:45 BODYATTACK TATEMU	20:45～21:15 THE TRIP WATARU	20:45～21:30 リフレッシュ ホットヨガ 山下真澄		21:00～21:45 ZUMBA Shiho		20:45～21:15 筋膜リリースストレッチ Hono							21:00～21:45 THE TRIP バーチャル	21:10～21:55 ピラティス 理香							21:00	
22:00		21:45～22:15 THE TRIP バーチャル							21:20～22:05 THE TRIP バーチャル		21:20～22:05 CENTERGY SHIORI												22:00
23:00																							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。

ホットスタジオ開放

- 常温の室温と床暖の環境で気持ちよくストレッチができます。
- 開催時間内であれば、自由にスタジオの入退室が可能です。また事前WEBからのご予約は不要です。
- 入退室時はスタジオの暗幕を閉じていただき、光が中に入らないようご配慮をお願いします。
- 体調管理のため、必ず水分補給をしながらの利用をお願いします。
- 利用後は、ご自身の使用したマットのアルコール消毒にご協力をお願いします。

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

アリーナ／21名
ホットスタジオ／24名
グルーブスタジオ／11名

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。