

アイレ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 2025年8月・9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	マシンピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンピラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンピラティス	プールエリア	
10:00																									10:00
11:00	10:30～11:15 身体改善ヨガ スタッフ	¥ 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 		¥ 10:30～11:15 コンディショニング ～体幹強化～ REIKO	10:30～11:00 ウォーターシェイプ 石塚由美					11:00～11:45 ナチュラルヨガ 高田 絢子	11:00～11:30 筋膜リリース ストレッチ ASUMI	¥ 10:45～11:30 ボディメイク ～ヒップ～ ASUMI	11:00～11:45 ウォーターシェイプ 塚本朋子	11:00～11:45  YUMI	¥ 11:00～11:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 相崎貴子		11:00～11:30 アクアバーベル スタッフ		11:00～11:45  YURIKO	¥ 11:00～11:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 週替わり		11:00
				11:15～12:00 ウォーターシェイプ 土田真由		11:00～11:45 リフレッシュヨガ 高田 絢子		11:15～12:00 ウォーターシェイプ 石塚由美		11:00～11:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 迫口律子		11:00～11:45 ウォーターシェイプ 鈴木久美子													11:00
12:00	11:45～12:30 ナチュラルヨガ 迫口律子		¥ 12:00～12:45 ストレッチ ～猫背改善～ ASUMI		12:00～12:45  REIKO		¥ 12:00～12:45 はじめて マシンピラティス TOMOMI		12:15～13:00 ピラティス 迫口律子	12:05～13:00 リラックス溶岩浴	¥ 12:15～13:00 ストレッチ ～猫背改善～ REIKO		12:10～12:40  HINATA	12:10～12:55 ピラティス ASUMI		12:15～13:00  YURIKO	12:05～13:00 リラックス溶岩浴				12:15～12:45  HAYATO		12:00～12:30 アクアバーベル スタッフ	12:00	
		11:35～13:30 リラックス溶岩浴				12:30～13:00 骨盤ケア ストレッチ																			12:00
13:00	12:50～13:35  Yuka		¥ 13:15～14:00 コンディショニング ～体幹強化～ TOMOMI		13:10～13:55  ASATO			13:20～14:05  REIKO	¥ 13:30～14:20 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ エリ	¥ 13:30～14:15 ボディメイク ～ヒップ～ TOMOMI		13:05～13:50  大城あいり	13:25～13:55 骨盤ケア ストレッチ	¥ 14:00～14:45 はじめて マシンピラティス YURI	13:20～14:05  YURIKO		¥ 13:20～14:10 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ 週替わり				13:10～13:55  TAIKO	¥ 13:00～13:45 はじめて マシンピラティス ASATO		13:00	
	14:00～14:30  ASATO	¥ 14:15～15:05 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	14:20～15:05  REIKO		14:25～15:10  土田真由	¥ 14:45～15:35 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ REIKO			14:10～14:40  YOSHITO	14:15～15:00 身体改善ヨガ スタッフ			14:30～15:00 筋膜リリース ストレッチ	¥ 14:40～15:30 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり				14:20～15:05  HAYATO	¥ 14:00～14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり		14:00	
15:00	15:00～15:30 筋膜リリース ストレッチ																								15:00
				15:20～18:30 リラックス溶岩浴				15:30～16:00 月替わり 土田真由											¥ 15:30～16:15 ボディメイク ～ヒップ～ YURIKO						15:00
16:00							8月 バレトン 9月 ピラティス																		16:00
																									16:00
17:00																									17:00
																									17:00
18:00																									18:00
																									18:00
19:00	19:00～19:45  篠原ゆきえ	¥ 19:00～19:50 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ megu	¥ 19:00～19:45 ストレッチ ～猫背改善～ REINA		19:00～19:30  HAYATO	19:00～19:45 バレトン Ma-yo	¥ 19:30～20:15 はじめて マシンピラティス ASATO	19:10～19:55  HINATA	¥ 19:00～19:50 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ YUKIKO			19:10～19:55  RYO		¥ 19:00～19:45 週替わり YURIKO		19:00～19:45  HAYATO		¥ 18:30～19:20 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ カヨ						19:00	
																									20:00
20:00	20:05～20:50  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	¥ 20:15～21:00 ボディメイク ～ヒップ～ REINA		19:50～20:35  ナタリー			20:15～21:00  YURIKO	¥ 20:10～21:00 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ YUKIKO	¥ 20:30～21:15 ストレッチ ～猫背改善～ HAYATO	20:15～20:45 水中筋トレ TSUBOI	20:15～21:00  酒井智子	20:15～20:45 筋膜リリース ストレッチ	第1、第3、第5 週 コンディショニング～体幹強化～ 第2、第4、週 ボディメイク～ヒップ～										20:00	
																									20:00
21:00					21:00～21:30  ASATO			21:30～21:15 ウォーターシェイプ 長尾佳美				21:00～21:30 ウォーターシェイプ TSUBOI													21:00
	21:15～22:00  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				21:15～22:00 ナチュラルヨガ 稲垣寿美恵			21:20～22:05  RYO			21:20～22:05  RYO												21:00	
22:00					21:50～22:20  HAYATO																				22:00
																									22:00
23:00																									23:00
																									23:00

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
ピラティススタジオ／8名

プールエリア定員数

ウォーターシェイプ／50名
アクアバーベル／18名

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。

●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(330円税込)、
ピラティススタジオレッスン(1,650円税込)は
有料です。

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。
- 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(330円税込)、
ピラティススタジオレッスン(1,650円税込)は
有料です。

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
ピラティススタジオ / 8名

ブルエリア定員数

ウォーターシェイプ / 50名
アクアバーベル / 18名