

ILEX THE CLUB 覚王山+24 お盆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)

	8/11(月/祝)		8/12(火)		8/13(水)		8/15(金)		8/16(土)		8/17(日)		
	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 リフレッシュヨガ 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 GROUP CENTERGY KOTA	有料 11:00~12:00 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	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	11:00~11:45 GROUP CENTERGY KOTA	拡大60分クラス			
12:00	12:00~12:45 UBOUND KAZZ	有料 11:50~12:50 YOGAN HOT YOGA アロマ代謝アップ ホットヨガ Wakako	11:50~12:35 MEGADANZ KOTA	リラククス溶岩浴	11:50~12:35 ZUMA 篠原ゆきえ	有料 12:30~13:30 YOGAN HOT YOGA アロマホットヨガ Wakako	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	12:05~12:50 MEGADANZ KOTA	11:30~12:30 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ 山下真澄	11:00~12:00 BODY ATTACK KOTA	有料 11:30~12:30 YOGAN HOT YOGA リラクゼーション ホットヨガ MIZUHO	
13:00	13:10~13:55 MEGADANZ 南木あさみ	お盆特別 レッスン	12:55~13:40 フローヨガ 吉満博子	お盆特別 レッスン	12:55~13:40 GROUP CENTERGY ARIKA	お盆特別 レッスン	13:15~14:00 FIGHT DO WATARU	13:20~14:05 POWER KAZZ	13:20~14:05 POWER KAZZ	有料 13:00~14:00 YOGAN HOT YOGA リンパマッサージ ホットヨガ 山下真澄	拡大45分クラス	13:00~14:00 YOGAN HOT YOGA キレイホットヨガ HIRO	
14:00	14:15~14:45 POWER KAZZ		14:00~14:45 ZUMBA TAKAKO	有料 14:00~15:00 YOGAN HOT YOGA 疲労回復 ホットヨガ 吉満博子	14:00~14:45 UBOUND ARIKA & SHINYA		14:20~15:05 UBOUND 土田真由			お盆特別 レッスン	13:30~14:30 MEGADANZ 大城あいり	拡大60分クラス	
15:00	15:20~16:05 フロアピラティス 西村太一	リラククス溶岩浴 13:20~18:00	15:20~15:50 骨盤ケアストレッチ スタッフ	リラククス溶岩浴	初コラボ! 拡大45分クラス	14:00~16:30 リラックス溶岩浴	15:00	13:45~16:30 リラックス溶岩浴	14:45~15:30 UBOUND SHINYA & Hono	初コラボ!	お盆特別 レッスン	15:00	
16:00	<p>【特別ゲスト】</p> <p>8/12(火)ASATO (山田麻人) スポーツクラブ春日井で大人気な期待の若手が初登場! POWER と FIGHT DO の2本でASATOの世界観を楽しもう!!</p> <p>8/13(水)ARIKA (二村有香)とSHINYA (大田真也) UOUNDで初コラボ & 拡大45分クラス。どんなクラスになるかは、参加した人だけのお楽しみ!!</p> <p>8/16(土)Hono (加藤穂乃花) GW特別レッスンスケジュールで大好評につきザクラブ豊田から再登場! UBOUNDとBODYATTACKの豪華コラボ2本立て!!</p> <p>8/17(日)大城あいり IR 大人気のインストラクターが3ヵ月ぶりに覚王山へ登場!! 拡大60分クラスで最高な時間をお届けします!</p>												
17:00													
18:00													
19:00													
20:00	営業時間 10:00~20:00		19:30~20:15 ZUMBA TAKAKO	有料 19:15~20:15 YOGAN HOT YOGA リラクゼーションホットヨガ あずみ	19:30~20:15 GROUP CENTERGY WATARU	19:30~20:00 筋膜リリースストレッチ スタッフ	20:00	19:30~20:00 POWER 高井 尚	19:30~20:00 骨盤ケアストレッチ SHINYA	営業時間 10:00~20:00			
21:00			20:35~21:20 POWER ASATO	有料 20:35~21:35 YOGAN HOT YOGA パワービューティホットヨガ あずみ	20:35~21:20 UBOUND WATARU	リラククス溶岩浴 20:30~22:00	21:00	20:20~21:05 X55 高井 尚	20:30~21:15 GROUP CENTERGY SHINYA				
22:00	8/16(土)BODY ATTACKの コラボレッスンでは安全管理上の 理由により定員数を通常クラス に比べて減少調整しております。		21:40~22:25 FIGHT DO ASATO	初登場!!	21:40~22:25 MEGADANZ WATARU	初披露!	22:00				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。		
23:00	セルフ営業時間 23:00~10:00												