

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2025年10月・11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		10:45～11:30 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		10:45～11:30 ラテンダンス 川端美保				10:35～11:20 ZUMBA じゅんな	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		15名限定 11:20～12:05 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ TAKAHIRO	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	
			15名限定									11:15～12:00 リフレッシュヨガ 古川 真知子												
12:00	12:00～12:45 バレトン 光岡真紀	12:00～12:30 UBOUND SHIORI	11:55～12:40 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ WATARU		11:50～12:20 FIGHT DO TAKAHIRO				11:50～12:35 ZUMBA じゅんな	12:00～12:30 UBOUND CHIAKI			11:45～12:15 骨盤ケアストレッチ 古川真知子		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		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～ TAKAHIRO	15名限定							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			13:00		
																						12:45～13:30 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ WATARU		
14:00					13:45～14:30 MEGADANZ SHIORI	13:45～14:15 UBOUND Hono														13:15～13:45 THE TRIP JOZZ		13:45～14:15 THE TRIP バーチャル	14:00	
15:00		14:15～14:45 THE TRIP バーチャル	14:15～15:00 CENTERGY WATARU														14:00～15:00 ゴールデン キッズ			14:30～15:15 THE TRIP バーチャル			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 スイミング スクール				15:45～16:45 スイミング スクール				15:45～16:45 スイミング スクール								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 スイミング スクール				16:45～17:45 スイミング スクール				16:45～17:45 スイミング スクール				16:15～17:15 体育スクール			17:00～17:30 LESMILL'S RPM バーチャル			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 スイミング スクール				17:45～18:45 スイミング スクール				17:45～18:45 スイミング スクール				17:15～18:15 体育スクール			18:00～18:30 sprint バーチャル			17:15～18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄	18:00
19:00				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				18:45～19:45 スイミング スクール											19:00
20:00	19:30～20:15 FIGHT DO WATARU	19:15～20:00 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 LESMILL'S BODYATTACK Hono		19:20～19:50 UBOUND CHIAKI	19:15～20:00 CENTERGY WATARU			19:15～19:45 UBOUND SHIORI		19:00～20:00 ゴールデン キッズ	19:30～20:15 UBOUND CHIAKI	19:15～19:45 CENTERGY TAKAHIRO		19:00～20:00 ゴールデン キッズ						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		20:20～21:05 UBOUND WATARU	20:45～21:15 筋膜リリースストレッチ Hono		20:15～21:00 MEGADANZ SHIORI	20:20～20:50 THE TRIP バーチャル	20:20～20:50 筋膜リリースストレッチ スタッフ	20:15～21:00 MEGADANZ NAHO											21:00
22:00		21:45～22:15 THE TRIP バーチャル											21:20～21:50 BODYATTACK TAKAHIRO	21:00～21:45 THE TRIP バーチャル	21:10～21:55 ピラティス 理香								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。

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。

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。