

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  南木あさみ		¥ 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 高田純子	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	
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											12:10～12:40  HINATA	12:10～12:55 ピラティス ASUMI			12:15～13:00  YURIKO	12:05～13:00 リラククス溶岩浴			12:15～12:45  HAYATO		12:00～12:30 アクアバーベル スタッフ	12:00	
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												¥ 13:00～13:45 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	14:00～14:30  ASATO	¥ 14:15～15:05 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ Yuka													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							14:00～14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり	¥ 14:00～14:50 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														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					15:00	
16:00																									16:00	
17:00		15:20～18:30 リラククス溶岩浴																							17:00	
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													¥ 19:00～19:45 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	20:05～20:50  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																						20:00	
21:00																									21:00	
22:00	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																							22:00	
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