

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2025年12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 WATARU		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		11:15～12:00 リフレッシュヨガ 古川 真知子		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			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 Sayaka	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					11:35～12:20 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		12:50～13:20 LES MILLS BODYATTACK TAKAHIRO				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			12:30～13:15 キレイホットヨガ 川端美保	12:30～13:30 ゴールデン キッズ		12:45～13:30 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ TAKAHIRO	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 YOSHITO	13:45～14:15 UBOUND Hono					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		13:45～14:30 リフレッシュヨガ 川端美保	14:00～14:45 MEGADANZ TAKAHIRO	13:45～14:15 THE TRIP バーチャル		14:00	
15:00																	15:00～16:00 ゴールデン キッズ	14:30～15:15 THE TRIP バーチャル	15:00～15:45 ナチュラルヨガ Ito	15:05～15:35 FIGHT DO TATEMU	15:00～15:45 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 ゴールデン キッズ				15:45～16:45 体育スクール							16:15～17:00 CENTERGY スタッフ	15:55～16:25 LES MILLS BODYATTACK TATEMU	16:20～17:05 UBOUND WATARU	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 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	17:00～17:30 LES MILLS RPM バーチャル				17:15～18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄	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 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	18:00～18:30 SPYMT バーチャル					18:00	
19:00		19:15～20:00 UBOUND Hono	19:30～20:15 キレイホットヨガ 山下真澄	18:45～19:45 スイミング スクール	19:30～20:15 LES MILLS BODYATTACK Hono	19:20～19:50 UBOUND CHIAKI	19:15～20:00 CENTERGY WATARU		19:00～20:00 ゴールデン キッズ	19:15～19:45 UBOUND WATARU	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	19:30～20:15 UBOUND CHIAKI	19:15～19:45 CENTERGY TAKAHIRO	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						19:00	
20:00	19:30～20:15 FIGHT DO WATARU			19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)					19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)				20:15～21:00 MEGADANZ TAKAHIRO	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 WATARU		19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)						20:00	
21:00	21:00～21:45 LES MILLS 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 TAKAHIRO	21:20～22:05 THE TRIP バーチャル	21:20～22:05 CENTERGY WATARU		21:20～21:50 LES MILLS BODYATTACK TAKAHIRO		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																						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。