

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	マシンビラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンビラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンビラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンビラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンビラティス	プールエリア	エナジースタジオ	溶岩ホットスタジオ	マシンビラティス	プールエリア	
10:00																									10:00
11:00	10:30～11:15 ピラティス TOMOMI	¥ 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  雨木あさみ		¥ 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 絢子	11:00～11:30 筋膜リリース ストレッチ	¥ 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		12:00～12:45  REIKO				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	12:05～13:45 リラックス溶岩浴	¥ 13:00～13:45 はじめて マシンビラティス ASATO	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		13:10～13:55  ASATO				13:20～14:05  スタッフ	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～ REIKO		13:05～13:50  大城あいり	13:25～13:55 骨盤ケア ストレッチ	¥ 13:00～13:45 はじめて マシンビラティス 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			
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			14:15～15:00 Fun!Fun!エアロ KAORI				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					REIKO																			15:00
16:00		15:20～18:30 リラックス溶岩浴							15:30～16:00 ピラティス 土田真由				16:05～18:30 リラックス溶岩浴					15:50～18:00 リラックス溶岩浴		15:30～16:15 週替わり YURIKO			15:10～18:30 リラックス溶岩浴		16:00
17:00										16:05～18:30 リラックス溶岩浴															17:00
18:00							¥ 18:00～18:45 コンディショニング ～体幹強化～ ASUMI																		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 パレトン Ma-yo	¥ 19:30～20:15 はじめて マシンビラティス 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		19:00	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		¥ 20:10～21:00 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  ASATO	¥ 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	20:00	20:15～21:00  酒井智子	20:15～20:45 筋膜リリース ストレッチ									20:00	
21:00								20:30～21:15 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
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			21:00～21:30  ASATO		21:15～22:00 リフレッシュヨガ 稲垣寿美恵		21:20～22:05  RYO	21:20～22:10 リラックス溶岩浴		22:00	21:20～22:05  RYO											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。

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

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。