

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2026年1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	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グループスタジオ	ホットスタジオ	アリーナ	グループスタジオ	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				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	
			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 Sayaka	11:55～12:40 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ WATARU		11:50～12:20 FIGHT DO TAKAHIRO		12:05～12:50 CENTERGY IZUMI		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	UBOUND Hono	11:30～12:30 ゴールデン キッズ		12:15～12:45 UBOUND Hono	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 BODYATTACK TAKAHIRO						12:30～13:15 ナチュラルヨガ 加藤美里		13:00～13:45 CENTERGY CHIAKI	13:15～13:45 UBOUND 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	
								13:15～14:00 ナチュラルヨガ 光岡真紀															
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				13:45～14:30 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																		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 体育スクール				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		15:45～16:45 スイミング スクール				15:05～15:35 FIGHT DO TATEMU	15:00～15:45 THE TRIP バーチャル	16:00～16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄	16:00	
																			16:15～17:00 CENTERGY Hono	15:55～16:25 BODYATTACK TATEMU	16:20～17:05 UBOUND WATARU		
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 体育スクール				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 体育スクール		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 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 体育スクール				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 体育スクール		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 SPYNT バーチャル			18:00	
19:00		19:15～20:00		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		19:00～20:00 ゴールデン キッズ	19:30～20:00 THE TRIP バーチャル			19:00～20:00 ゴールデン キッズ		19:15～19:45 CENTERGY TAKAHIRO	18:45～19:45 スイミング スクール							19:00
20:00	19:30～20:15 FIGHT DO WATARU	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 BODYATTACK Hono								20:15～21:00 MEGADANZ TAKAHIRO	20:20～20:50 THE TRIP バーチャル	20:15～21:00 パワーヨガ rina		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 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						20:15～21:00 MEGADANZ TAKAHIRO	20:20～20:50 THE TRIP バーチャル	20:15～21:00 パワーヨガ rina		20:15～21:00 MEGADANZ NAHO		20:05～20:50 リフレッシュヨガ 理香							21:00	
													21:20～21:50 BODYATTACK TATEMU	21:20～22:05 THE TRIP バーチャル	21:20～22:05 CENTERGY スタッフ	21:10～21:55 ピラティス 理香							
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。

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。

レッスン定員

アリーナ／21名
ホットスタジオ／24名
グループスタジオ／11名

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
グループスタジオ／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。