

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 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 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 		¥ 10:30～11:15 芯 Waist 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 凍 Hip 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	¥ 11:00～11:45 呼吸 Intro YURI	11:00～11:30 アクアバーベル スタッフ	11:00～11:45  スタッフ	¥ 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 軸 Basic ASUMI	11:15～12:00 ウォーターシェイプ 土田 真由		12:00～12:45 			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 軸 Basic 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		12:00～12:30 アクアバーベル スタッフ	12:00	
13:00	12:50～13:35  Yuka		¥ 13:15～14:00 芯 Waist TOMOMI			13:10～13:55  YURIKO		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 凍 Hip 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 呼吸 Intro 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	¥ 15:30～16:15 週替わり YURIKO			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																								15:00
16:00																									16:00
17:00		15:20～18:30 リラックス溶岩浴																							17:00
18:00							¥ 18:00～18:45 芯 Waist 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 軸 Basic REINA		19:00～19:30  HAYATO	19:00～19:45 パレトン Ma-yo	¥ 19:30～20:15 軸 Basic 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	¥ 19:15～20:00 呼吸 Intro YURIKO		19:10～19:55  RYO				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 凍 Hip REINA		19:50～20:35  ナタリー			20:30～21:15 ウォーターシェイプ 長尾 佳美	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 週替わり YURIKO	20:15～20:45 水中筋トレ TSUBOI	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					21:00～21:30  HATATO				21:20～22:05  RYO		第1、第3週 【芯】Waist 第2、第4週 【凍】Hip	21:00～21:30 ウォーターシェイプ TSUBOI	21:20～22:05  RYO											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			21:50～22:20  ASATO																				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／7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 / 7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。