

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2月・3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																												
10:30~11:15	ピラティス TOMOMI	Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ あい奈					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																												
11:15~12:00				11:15~12:00 ウォーターシェイプ 土田真由																								
11:45~12:30	ナチュラルヨガ 追口律子																											
12:00																												
12:00~12:45																												
12:30~13:00																												
12:50~13:35	ZUMBA Yuka																											
13:00																												
13:15~14:00																												
13:10~13:55																												
13:20~14:05																												
14:00																												
14:00~14:30	POWER ASATO																											
14:15~15:05	Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ Yuka																											
15:00																												
15:00~15:30	筋膜リリース ストレッチ																											
15:30~16:00																												
16:00																												
16:05~18:30																												
17:00																												
17:20~18:30																												
18:00																												
18:00~18:45																												
19:00																												
19:00~19:45	ZUMBA 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																												
19:00~19:30																												
19:30~20:15																												
19:50~20:35																												
20:00																												
20:05~20:50																												
20:10~21:00																												
20:15~21:00																												
21:00																												
21:00~21:30																												
21:15~22:00																												
21:20~22:10																												
22:00																												
22:00~22:20																												
22:20~22:10																												
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
 ビラティススタジオ / 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。

第1, 第3週
 【芯】Waist
 第2, 第4週
 【凛】Hip