

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2026年4月・5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			09:30~10:30		
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		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		10:30~11:00 筋膜リリースストレッチ WATARU
12:00		12:00~12:30 UBOUND Sayaka	15名限定 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 Hono				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	11:30~12:15 UBOUND Hono		11:30~12:30 ゴールデン キッズ		11:30~12:15 M CENTERGY WATARU
13:00					12:50~13:20 BODYATTACK TAKAHIRO									12:15~12:45 UBOUND Sayaka						12:30~13:15 キレイホットヨガ 川端美保	12:45~13:15 UBOUND WATARU	15名限定 12:45~13:30 眠れる体づくり ~Sintex Tone~ TAKAHIRO
14:00	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			13:30~14:00 UBOUND Hono		13:00~13:45 M CENTERGY Hono	13:15~13:45 UBOUND Sayaka						13:10~13:40 筋膜リリースストレッチ Sayaka				13:15~13:45 THE TRIP JOZZ			13:45~14:15 THE TRIP バーチャル
15:00		14:15~14:45 THE TRIP バーチャル	14:15~15:00 M CENTERGY WATARU																	14:00~14:45 MEGADANZ RINKA		
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				15:00~16:00 ゴールデン キッズ			15:05~15:35 FIGHT DO TATEMU	15:00~15:45 THE TRIP バーチャル	
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				16:15~17:00 M CENTERGY Hono			16:20~17:05 UBOUND WATARU		16:00~16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄
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							17:00~18:00 体育スクール		17:15~18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄
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		19:15~20:00 M CENTERGY 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				19:00~20:00 ゴールデン キッズ							18:15~19:15 体育スクール		
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)	19:30~20:15 BODYATTACK Hono	19:30~20:00 THE TRIP バーチャル		19:45~20:15 スイミングスクール (3コース使用)					20:00~20:45 UBOUND WATARU	19:30~20:00 UBOUND NAHO						19:15~19:45 M CENTERGY TAKAHIRO		
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			20:30~21:15 UBOUND WATARU		20:15~21:00 MEGADANZ TAKAHIRO	20:15~21:00 パワーヨガ rina											20:05~20:50 リフレッシュヨガ 理香		
22:00		21:45~22:15 THE TRIP バーチャル			21:00~21:45 ZUMBA Shiho			21:20~21:50 週替わり TATEMU	21:20~22:05 THE TRIP バーチャル					21:05~21:50 MEGADANZ NAHO						21:10~21:55 ピラティス 理香		
23:00																						

【奇数週/FIGHT DO】
4/1, 4/15, 5/13, 5/27
【偶数週/BODY ATTACK】
4/8, 4/22, 5/20
※祝日営業のため休講…4/29, 5/6

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