

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																												
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 カヨ			10:45～11:30 MEGADANZ YOGAN FITNESS		10:30～11:15 芯 Waist REIKO	10:30～11:00 ウォーターシェイプ 石塚由美							10:45～11:30 凍 Hip ASUMI					11:00～11:45 ZUMBA 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 軸 Basic YURI			11:00～11:45 M-CENTERGY	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		
12:00	11:45～12:30 ナチュラルヨガ 迫口律子	11:35～13:30 リラックス溶岩浴	12:00～12:45 軸 Basic ASUMI		12:00～12:45 M-CENTERGY 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 軸 Basic REIKO		12:10～12:40 UBOUND YOSHITO	12:10～12:55 ピラティス ASUMI					12:15～13:00 POWER YURIKO	12:05～13:00 リラックス溶岩浴					12:15～12:45 UBOUND HINATA	12:05～13:45 リラックス溶岩浴	12:15～12:45 アクアバーベル スタッフ	
13:00	12:50～13:35 ZUMBA Yuka				13:10～13:55 FIGHT DO YURIKO								13:05～13:50 MEGADANZ 大城あいり		13:00～13:45 呼吸 Intro YURI											13:10～13:55 MEGADANZ TAIKO		
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			14:15～15:00 Fun!Fun!エアロ KAORI				13:20～14:05 M-CENTERGY HINATA	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		14:10～14:40 FIGHT DO YOSHITO							13:20～14:05 UBOUND YURIKO	13:30～14:15 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ 週替わり	14:00～14:45 凍 Hip ASUMI			14:20～15:05 FIGHT DO ASATO	14:00～14:50 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり		
15:00	15:00～15:30 筋膜リリース ストレッチ								14:25～15:10 UBOUND 土田真由	14:45～15:35 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ REIKO				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									
16:00																												
17:00		15:20～18:30 リラックス溶岩浴																										
18:00																												
19:00	19:00～19:45 ZUMBA Ako	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		19:20～20:05 ZUMBA ナタリー	19:00～19:45 バレトン Ma-yo	19:30～20:15 軸 Basic YURIKO		19:10～19:55 UBOUND YOSHITO	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 M-CENTERGY REINA							19:00～19:45 BODYATTACK REI	18:30～19:20 Yogan Hot Yoga ボディメイク ホットヨガ カヨ							
20:00	20:05～20:50 M-CENTERGY 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		20:25～21:10 UBOUND HINATA				20:15～21:00 FIGHT DO YOSHITO	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 REINA		20:15～21:00 MEGADANZ 酒井智子	20:15～20:45 筋膜リリース ストレッチ														
21:00									20:30～21:15 ウォーターシェイプ 長尾佳美																			
22:00	21:15～22:00 BODYATTACK YURIKO	21:25～22:15 Yogan Hot Yoga パワービューティー ホットヨガ 相崎貴子			21:30～22:15 POWER ASATO				21:20～22:05 BODYATTACK YURIKO	21:20～22:10 リラックス溶岩浴	第1,第3週 【芯】Waist 第2,第4週 【凍】Hip		21:20～22:05 FIGHT DO ASATO															
23:00																												

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
 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