

# ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2026年6月・7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	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 CENTERGY WATARU	
13:00			15名限定		12:50~13:20 BODYATTACK TAKAHIRO							12:30~13:15 ナチュラルヨガ 加藤美里	12:15~12:45 UBOUND Sayaka						12:30~13:15 キレイホットヨガ 川端美保	12:30~13:15 UBOUND スタッフ	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	13:15~14:00 ナチュラルヨガ 光岡真紀						13:00~13:45 CENTERGY Hono	13:15~13:45 UBOUND スタッフ						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 CENTERGY WATARU		13:45~14:30 MEGADANZ TAKAHIRO															14:00~14:45 ナチュラルヨガ Ito			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 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール		15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール	15:45~16:45 スイミング スクール										14:30~15:15 THE TRIP バーチャル			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 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール		16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール	16:45~17:45 スイミング スクール										15:00~16:00 ゴールデン キッズ	15:00~15:45 ナチュラルヨガ Ito	15:05~15:35 FIGHT DO TATEMU	15:00~15:45 THE TRIP バーチャル
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 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール		17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール	17:45~18:45 スイミング スクール										16:00~16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄	16:15~17:00 CENTERGY Hono	16:20~17:05 UBOUND WATARU	16:00~16:45 リフレッシュヨガ 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				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											16:45~17:15 体育スクール			17:00~17:30 RPM バーチャル
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	19:30~20:15 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)					19:00~20:00 ゴールデン キッズ	19:30~20:00 UBOUND NAHO	19:15~19:45 CENTERGY TAKAHIRO					17:15~18:15 体育スクール			17:00~18:00 体育スクール
21:00		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		20:20~21:05 UBOUND WATARU	20:45~21:15 筋膜リリースストレッチ Hono		20:15~21:00 MEGADANZ TAKAHIRO	20:00~20:45 UBOUND WATARU	20:15~21:00 パワーヨガ rina										18:00~18:30 sprint バーチャル			17:15~18:00 キレイ ホットヨガ 山下真澄
22:00	21:00~21:45 BODYATTACK TATEMU							21:20~21:50 週替わり TATEMU	21:20~22:05 THE TRIP バーチャル	21:20~22:05 CENTERGY TAKAHIRO			21:05~21:50 MEGADANZ NAHO	20:45~21:30 THE TRIP バーチャル	21:10~21:55 ピラティス 理香					18:15~19:15 体育スクール			
23:00		21:45~22:15 THE TRIP バーチャル																					

【奇数週/FIGHT DO】  
6/3, 6/17, 7/1, 7/15, 7/29  
【偶数週/BODY ATTACK】  
6/10, 6/24, 7/8, 7/22

**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