


# 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 キレイホットヨガ 週替わり			10:45～11:30 MEGADANZ RHYTHMIC FITNESS 南木あさみ		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 CENTERGY YURIKO	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 追口律子	11:35～13:30 リラックス溶岩浴			12:00～12:45 CENTERGY REIKO		12:30～13:00 骨盤ケア ストレッチ	11:15～12:00 ウォーターシェイプ 土田真由					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					12:15～13:00 UBOUND YURIKO	12:05～13:00 リラックス溶岩浴			12:15～12:45 UBOUND YURIKO	12:05～13:45 リラックス溶岩浴		
13:00	12:50～13:35 ZUMBA Yuka				13:10～13:55 FIGHT DO YURIKO		12:30～13:15 呼吸 Intro TOMOMI	11:15～12:00 ウォーターシェイプ 石塚由美					13:05～13:50 MEGADANZ 大城あゆり	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 UBOUND スタッフ	13:30～14:20 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 週替わり	14:00～14:45 凍 Hip ASUMI	13:10～13:55 MEGADANZ TAIKO	14:00～14:45 ウォーターシェイプ 上野草江	14:20～15:05 FIGHT DO ASATO	12:50～13:45 リラックス溶岩浴		
14:00	14:00～14:30 POWER YOSHITO	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		13:30～14:00 ピラティス KAORI	13:20～14:05 CENTERGY HINATA					14:10～14:40 FIGHT DO 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	14:35～18:00 リラックス溶岩浴	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				14:20～15:05 CENTERGY REIKO		14:45～15:35 Yogan Hot Yoga キレイホットヨガ REIKO	14:25～15:10 UBOUND 土田真由					14:45～15:35 Yogan Hot Yoga キレイホットヨガ REIKO											15:15～16:00 芯 Waist 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		
16:00																												
17:00																												
18:00																												
19:00	19:00～19:45 ZUMBA Ako	19:00～19:50 Yogan Hot Yoga キレイホットヨガ megu			19:20～20:05 ZUMBA ナタリー		19:00～19:45 バレトン Ma-yo	18:00～18:45 芯 Waist ASUMI					19:10～19:55 UBOUND スタッフ	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					19:00～19:45 凍 Hip REINA	19:00～19:45 BODYATTACK スタッフ	18:30～19:20 Yogan Hot Yoga キレイホットヨガ カヨ						
20:00	20:05～20:50 UBOUND HINATA	20:10～21:00 Yogan Hot Yoga リラクゼーション ホットヨガ 相崎貴子			20:25～21:10 BODYATTACK YURIKO		19:30～20:15 軸 Basic ASATO					20:15～21:00 FIGHT DO YOSHITO	20:10～21:00 Yogan Hot Yoga キレイホットヨガ YUKIKO	20:30～21:15 週替わり REINA	20:15～20:45 水中筋トレ TSUBOI	20:15～20:45 筋膜リリース ストレッチ	20:15～21:00 軸 Basic REINA											
21:00	21:15～22:00 CENTERGY REINA	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		21:00～21:45 リフレッシュヨガ 稲垣寿美恵	20:30～21:15 ウォーターシェイプ 長尾佳美					21:20～22:05 BODYATTACK YURIKO	21:20～22:10 リラックス溶岩浴	20:30～21:15 週替わり REINA	21:00～21:30 ウォーターシェイプ TSUBOI												
22:00																												
23:00																												

**6月の おすすめ**


**GROUP CENTERGY**  
6月から新曲!



音楽に合わせてヨガとピラティスができる良いとこ取りのプログラムです! 音楽もクセになり、どなたでも簡単にご参加いただけます!

**7月の おすすめ**

**FIGHT DO、UBOUND、POWER、BODY ATTACK** 7月から新曲!



新しい音楽と動きに皆さんでチャレンジしましょう! 今月は初めての方でも始めやすいタイミングです。始めるなら今がチャンス!

**ご案内**

**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

- 全レッスンWEBより予約をしてご参加ください。
- レッスン開始1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。