

ILEX THE CLUB豊田+24 レッスンタイムスケジュール 2026年8月・9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	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	プール	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ	アリーナ	グルーブスタジオ	ホットスタジオ		
10:00																	09:30～10:30 体育スクール			09:30～10:30 ゴールデンキッズ			10:00	
11:00	11:00～11:30 MEGADANZ WATARU		10:45～11:30 リラクゼーション 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	11:00～11:45 キレイホットヨガ 松橋久美子		10:45～11:30 ラテンダンス 川端美保				10:30～11:15 ZUMBA® 本田美香	10:45～11:15 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	11:00～11:30 THE TRIP バーチャル	10:30～11:00 筋膜リリースストレッチ WATARU	11:00	
12:00			15名限定		11:50～12:20 FIGHT DO TAKAHIRO												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	12:00	
13:00																								13:00
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		12:50～13:20 LES MILLS BODYATTACK TAKAHIRO				13:00～13:45 CENTERGY Hono	13:15～13:45 UBOUND NaNa			13:00～13:45 FIGHT DO JOZZ		13:10～13:40 筋膜リリースストレッチ Sayaka				13:15～13:45 THE TRIP JOZZ			12:45～13:30 眠れる体づくり ～Sintex Tone～ TAKAHIRO	14:00	
15:00																								15:00
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			15:45～16:45 スイミング スクール			14:00～15:00 ゴールデン キッズ	14:30～15:15 THE TRIP バーチャル		16:00～16:45 リフレッシュヨガ 山下真澄	16:00	
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			16:45～17:45 スイミング スクール			16:15～17:15 体育スクール	17:00～17:30 LES MILLS RPM バーチャル		17:00～17:45 スイミング スクール	17:00	
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			17:45～18:45 スイミング スクール			17:15～18:15 体育スクール	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	18:00	
19:00				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			18:15～19:15 体育スクール			19:00	
20:00	19:30～20:15 FIGHT DO WATARU	19:15～20:00 UBOUND Hono	19:30～20:15 キレイホットヨガ 山下真澄	19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)	19:30～20:15 LES MILLS BODYATTACK Hono	19:30～20:00 THE TRIP バーチャル	19:30～20:15 CENTERGY CHINATSU	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				19:00～20:00 ゴールデン キッズ	19:30～20:00 UBOUND NaNa	19:15～19:45 CENTERGY TAKAHIRO	19:45～20:15 スイミングスクール (3コース使用)							20:00	
21:00	21:00～21:45 LES MILLS BODYATTACK TATEMU	20:45～21:15 THE TRIP WATARU	20:45～21:30 リラクゼーション ホットヨガ 山下真澄		21:00～21:45 ZUMBA® Shiho				20:15～21:00 UBOUND WATARU	20:00～20:45 UBOUND WATARU	20:15～21:00 パワーヨガ rina		20:15～20:45 FIGHT DO TAKAHIRO		20:05～20:50 ピラティス NAHO								21:00	
22:00		21:45～22:15 THE TRIP バーチャル							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		21:15～21:45 筋膜リリースストレッチ スタッフ								22:00	
23:00																								23:00

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。

レッスン定員

アリーナ／21名
ホットスタジオ／24名
グルーブスタジオ／11名

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。