

フレスポ鳥栖店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年10月16日更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞島	全店 研 修	全店 研 修	全店 研 修	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分) 眞島	10:30～11:30 フェイスアップヨガ (80分) 眞島		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 児玉
12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 眞島				12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 眞島	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分) 眞島	12:15～13:15 眞島	12:15～13:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞島
14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩				14:00～15:00 肩コリラクゼーション (80分) 眞島	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 眞島	14:00～15:00 眞島	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 眞島
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩				17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 眞島	17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩
19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 眞島				19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 眞島	19:15～20:15 眞島	19:15～20:15 眞島	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 眞島
21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 眞島				21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島
				21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島
				21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島
				21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島
				21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島	21:00～22:00 眞島

フレスポ鳥栖店【11月9日～11月16日スケジュール】

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 眞島	定 休 日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 眞島	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 眞島	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 眞島
12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 眞島	12:15～13:15 肩コリラクゼーション (80分) 眞島		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 眞島	12:15～13:15 眞島	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分) 眞島	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 眞島	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 眞島		13:45～15:15 EVAパワーヨガ (会員様限定)(90分) 眞島			14:00～15:00 眞島	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩
15:45～16:45 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞島	15:45～16:45 フェイスアップヨガ (80分) 眞島					14:00～15:00 眞島	14:00～15:00 眞島
17:15～18:45 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 眞島						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島
						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島
						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島
						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島
						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島
						17:30～18:30 眞島	17:30～18:30 眞島

- ◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 - ◆キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。
 - ◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。
 - ◆レッスン開始時刻一時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 - ◆無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。時間外キャンセルが月に二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。
- ※キャンセル料は発生致しません。時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWeb予約はこちらから



フレスポ鳥栖店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年10月16日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 児玉	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 児玉	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 児玉
12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 瀬上		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 瀬上	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩		12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 児玉	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 児玉	12:00～13:30 アドニス80 (会員様限定) (80分)
14:00～15:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞鳥		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 瀬上	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 児玉		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 瀬上
15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 瀬上						15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 瀬上
						17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 瀬上	
			17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 児玉		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩	
			19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	19:15～20:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞鳥	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞鳥	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分) 瀬上	
			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 児玉	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 瀬上	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小塩	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	

フレスポ鳥栖店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
月	火	水	木	金	土
定休日	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞鳥	10:30～11:30 フェイスアップヨガ (80分) 眞鳥		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬上	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 児玉
	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 眞鳥		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 瀬上	12:00～13:30 EMPOWERヨガ (会員様限定) (80分) 眞鳥
	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩			14:00～15:00 もも尻ヨガ (80分) 児玉	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上
					15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 瀬上
					17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩
	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 瀬上	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩	17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞鳥	
	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小塩	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬上	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 児玉	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 児玉	
	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小塩	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 児玉	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	

【お問い合わせコールセンター】0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外はインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)