

フレスボ鳥栖店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩	定休日	10:30～11:30 リンパドレナージュ (80分) 瀬上	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) 児玉	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 瀬上	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 眞鳥
12:15～13:15 フェイスアップヨガ (80分) 眞鳥		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 児玉		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) 瀬上	12:15～13:15 背骨矯正ヨガ (80分) 児玉
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 児玉		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩	13:45～15:15 アドバンス80 (会員様限定)(80分) 眞鳥		14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 児玉	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩	14:00～15:00 アロマラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 眞鳥
15:45～16:45 アロマラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 児玉						15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	15:45～16:45 もも尻ヨガティス (80分) 眞鳥
						17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞鳥	
			17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥		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) 眞鳥	
			19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 眞鳥	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分) 眞鳥	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小塩	19:15～20:15 リンパドレナージュ (80分) 瀬上	
			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞鳥	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 瀬上	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	

フレスボ鳥栖店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 眞鳥	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 眞鳥		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン 岩本	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 眞鳥	定休日	
	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 眞鳥	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩		12:15～13:15 リンパドレナージュ (80分) 瀬上	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 眞鳥	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩		
	14:00～15:00 全身ととのう 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 フェスタ特別レッスン 眞鳥	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 眞鳥		
					15:45～17:15 フェスタ特別WS 眞鳥	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小塩		

- ◆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1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1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【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 瀬上		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬上	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 児玉	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小塩
12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 眞島	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 瀬上		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 眞島	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小塩
14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 眞島	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 瀬上	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 眞島	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 伊藤		14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 瀬上
				15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 眞島	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 伊藤		
				17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 瀬上			
17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 眞島		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 眞島				17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 眞島
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) 眞島	19:00～20:30 アド/ンス90 (会員様限定) (90分) 眞島	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 眞島				19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 瀬上
21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 眞島	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 眞島	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 瀬上	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 眞島				21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分) 眞島

フレスポ鳥栖店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀬上	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 眞島	10:30～11:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 瀬上	年末年始休業	年末年始休業
12:00～13:30 アド/ンス80 (会員様限定) (80分) 眞島		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 眞島	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 瀬上	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小塩		
		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 瀬上	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小塩	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 眞島		
			15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 瀬上	15:45～17:45 108回太陽礼拝 (120分) 瀬上		
			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小塩			
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小塩	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小塩	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 眞島				
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 眞島	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 眞島	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小塩				
21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 眞島	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小塩	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 小塩				

【お問い合わせセンター】0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外に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)