

フレスポ鳥栖店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年9月7日更新

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)
9:00		定 休 日					9:00～10:00 特別レッスン※有料 眞島	
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 野々村		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)眞島	10:30～11:30 背中美人ヨガ 鏡ヶ江		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 児玉	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 児玉
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 瀬上		12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 鏡ヶ江	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 児玉		12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)眞島	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田中	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内
13:00								
14:00	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 野々村		14:00～15:00 スタンダード60 眞島	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 鏡ヶ江		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 眞島	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 眞島	14:00～15:00 スタンダード60 児玉
15:00								
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 瀬上						15:45～16:45 ダイエットヨガ 田中	15:45～16:45 ホットピラティス 山内
17:00				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 鏡ヶ江		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鏡ヶ江	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 瀬上	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 児玉
18:00								
19:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉	19:15～20:15 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	19:15～20:15 エアロビヨガ 眞島	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 鏡ヶ江		
20:00								
21:00			21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 眞島	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 眞島	21:00～22:00 ホットピラティス 瀬上		
22:00								

フレスポ鳥栖店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
9:00						9:00～10:00 特別レッスン※有料 児玉	
10:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 児玉	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)児玉	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 児玉	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 西村
11:00							
12:00	12:15～13:15 エアロビヨガ 眞島	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 児玉			12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 瀬上	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 瀬上	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 眞島
13:00							
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 眞島				14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 児玉	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 山内	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 瀬上
15:00							15:30～17:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 眞島
16:00						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山内	
17:00							
18:00	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 瀬上	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 瀬上	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 瀬上	17:30～18:30 スタンダード60 眞島	17:30～18:30 スタンダード60 眞島	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 瀬上	
19:00							
20:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 瀬上	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 眞島	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 野々村	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 眞島			
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 児玉	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)眞島	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 瀬上	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 瀬上	21:00～22:00 背中美人ヨガ 瀬上		
22:00							

定
休
日

【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)

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらからト

◆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。



フレスポ鳥栖店【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)	
9:00	定 休 日						9:00～10:00 特別レッスン※有料 児玉	定 休 日	
10:00									
11:00		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 児玉	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 真島			10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 真島	10:30～11:30 背中美人ヨガ 鏡ヶ江		10:30～11:30 スタンダード60 瀬上
12:00							12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 児玉		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 瀬上
13:00		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 真島	12:15～13:15 スタンダード60 児玉			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鏡ヶ江			
14:00		14:00～15:00 ボールでゆがみとり30 児玉	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 真島			14:00～15:00 エアロピヨガ 真島	14:00～15:00 スタンダード60 瀬上		14:00～15:00 もも原ヨガティス 児玉
15:00									
16:00							16:45～16:45 腫トレ ビューティーヨガ 鏡ヶ江		16:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鏡ヶ江
17:00									
18:00		17:30～18:30 背中美人ヨガ 瀬上		17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 児玉	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 瀬上			
19:00									
20:00		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鏡ヶ江	19:15～20:15 オトナののための オールインワンヨガ 鏡ヶ江	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 瀬上	19:15～20:15 ホットピラティス 鏡ヶ江				
21:00		21:00～22:00 スタンダード60 瀬上	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 児玉	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 瀬上	21:00～22:00 はじめての「ハワーカ」 (会員様限定)児玉				
22:00									

フレスポ鳥栖店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
9:00							定 休 日
10:00							
11:00	10:30～11:30 オトナののための オールインワンヨガ 鏡ヶ江	10:30～11:30 ホットピラティス 鏡ヶ江		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 真島	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 真島	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 瀬上	
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 瀬上	12:15～13:15 スタンダード60 瀬上		12:15～13:15 オトナののための オールインワンヨガ 鏡ヶ江	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 野々村	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 瀬上	
13:00							
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鏡ヶ江			14:00～15:00 ホットピラティス 鏡ヶ江	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 瀬上	13:45～15:15 アドバンス90 (会員様限定) 児玉	
15:00							
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 真島	15:45～16:45 ボールでゆがみとり30 真島	
17:00						17:15～18:45 特別レッスン※有料 真島	
18:00	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 田中	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)真島	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 瀬上	17:30～18:30 もも原ヨガティス 児玉	17:30～18:30 スタンダード60 瀬上		
19:00							
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 瀬上	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 児玉	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 鏡ヶ江	19:15～20:15 ボールでゆがみとり30 児玉			
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 田中	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 真島	21:00～22:00 オトナののための オールインワンヨガ 鏡ヶ江	21:00～22:00 スタンダード60 瀬上			
22:00							