

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 山内	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 山内	15:45～16:45 ホットピラティス 山内
17:00									
18:00				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	
19:00									
20:00				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		
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)眞島	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 背中美人ヨガ 瀬上			
22:00							

【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▶

◆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が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 ポールでゆがみとり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							
13:00		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 瀬上		12:15～13:15 オトナのための 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	
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 ポールでゆがみとり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 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 ポールでゆがみとり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							