

フレスポ鳥栖店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	定休日	10:30~11:30 もも尻ヨガティス (80分)	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分)		10:30~11:30 スタンダード80 (80分)	10:30~11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分)	
児玉	児玉		児玉	伊藤		小塩	眞鳥	
12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15
Sound Feel Yoga ver.2(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)
小塩	小塩		小塩	小塩	伊藤	小塩	小塩	小塩
14:00~15:00	13:45~15:15		14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00
リンパデトックスヨガ (80分)	アドバンス80 (会員様限定)(80分)		小顔リフトピラティス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)	スタンダード80 (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)
小塩	児玉		児玉	児玉	小塩		眞鳥	小塩
15:45~16:45	15:45~16:45							15:45~16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)
ホットピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)							眞鳥
児玉	小塩							17:30~18:30 背中美人ヨガ (80分)
17:30~18:30								眞鳥
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)								17:30~18:30 背中美人ヨガ (80分)
小塩								眞鳥
			17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)		17:30~18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分)	17:30~18:30 肩コリリラックスヨガ (80分)	眞鳥	
			眞鳥		眞鳥	眞鳥		
			19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	19:15~20:15 ホットピラティス (80分)	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)		
			眞鳥	眞鳥	眞鳥	眞鳥		
			21:00~22:00 背中美人ヨガ (80分)	21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	21:00~22:00 スタンダード80 (80分)	21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分)		
			眞鳥	眞鳥	眞鳥	眞鳥		

フレスポ鳥栖店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	定休日	10:30~11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)		10:30~11:30 スタンダード80 (80分)	10:30~11:30 肩コリリラックスヨガ (80分)	10:30~12:00 アドバンス80 (会員様限定)(80分)	
小塩		眞鳥	眞鳥	小塩	眞鳥	眞鳥	眞鳥	
12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:30~13:30
スタンダード80 (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分)	12:30~13:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)
小塩		伊藤	伊藤	眞鳥	眞鳥	眞鳥	眞鳥	眞鳥
14:00~14:45		14:00~15:00	14:00~15:00			14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00
Beat Drum Diet 3.0 (45分)		お腹引き締めヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)			小顔リフトピラティス (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
眞鳥		眞鳥	眞鳥			眞鳥	眞鳥	眞鳥
15:45~16:45		15:45~16:45	15:45~16:45				15:45~16:45	15:45~16:45
子音温活ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	スタンダード80 (80分)				スタンダード80 (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)
眞鳥		伊藤	伊藤				小塩	眞鳥
		17:30~18:30	17:30~18:30				17:30~18:30	
		はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)				Sound Feel Yoga ver.2(80分)	
		眞鳥	眞鳥				眞鳥	
			17:30~18:30	17:30~18:30	17:30~18:30			
			リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)			
			小塩	小塩	眞鳥			
			19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15			
			はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	子音温活ヨガ (80分)			
			眞鳥	眞鳥	眞鳥			
			21:00~22:00	21:00~22:00	21:00~22:00			
			花粉症スッキリヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)			
			眞鳥	眞鳥	眞鳥			

- ◆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【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 山内	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 児玉		10:30～11:30 小顔リフトピラティス(80分) 児玉	10:30～11:30 パワーヨガAdvance(会員権限定)(80分) 田中	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 眞島	定休日
	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ(80分) 眞島	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ(80分) 眞島		12:15～13:15 スタンダード80(80分) 小塩	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 眞島	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ(80分) 眞島	
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 山内	14:00～15:00 子宮温活ヨガ(80分) 眞島		14:00～15:00 ホットピラティス(80分) 眞島	14:00～15:00 子宮温活ヨガ(80分) 田中	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 眞島	
					15:45～16:45 お腹引き締めヨガ(80分) 眞島	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(80分) 眞島	
					17:30～18:30 スタンダード80(80分) 小塩		
	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ(80分) 眞島		17:30～18:30 スタンダード80(80分) 小塩	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(80分) 眞島			
	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 眞島	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 眞島	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ(80分) 小塩	19:15～20:15 スタンダード80(80分) 小塩			
	21:00～22:00 もも尻ヨガティス(80分) 眞島	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) 眞島	21:00～22:00 花柳症スッキリヨガ(80分) 眞島			

フレスポ鳥栖店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 眞島	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ(80分) 眞島		10:30～11:30 眞島
12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 眞島	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ(80分) 小塩		12:00～13:30 アドニス80(会員権限定)(80分) 野々村
14:00～15:00 小顔リフトピラティス(80分) 眞島			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ(80分) 野々村
17:30～18:30 スタンダード80(80分) 小塩	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0(45分) 眞島	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
19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2(80分) 眞島	19:15～20:15 スタンダード80(80分) 小塩	19:15～20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 眞島	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ(80分) 小塩
21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(80分) 眞島	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 眞島	21:00～22:00 スタンダード80(80分) 小塩	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 眞島

【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)