

フレレスポ鳥栖店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01 木	05/02 金	05/03 土	05/04 日	05/05 月	05/06 火	05/07 水	05/08 木
		10:30～11:30 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)		10:30～11:30 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分)	
		真島	小塙	岩本		岩本	
	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
	真島	真島	田中		岩本	岩本	
	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)		
	山内	小塙	岩本		真島		
		15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		
		真島	田中		小塙		
		17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)		
		小塙			岩本		
	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	
	岩本	小塙			真島	小塙	
	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)			19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	
	小塙	山内			小塙	真島	
	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)			21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	
	小塙	小塙			小塙	小塙	

定休日

フレレスポ鳥栖店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09 金	05/10 土	05/11 日	05/12 月	05/13 火	05/14 水	05/15 木	05/16 金
		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)			10:30～11:30 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分)
		小塙	岩本	小塙			岩本
	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
	小塙	真島	真島		岩本	真島	
	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)		14:00～15:00 もも肩ヨガティス (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)
	真島	岩本	小塙		岩本	真島	
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分)				
		小塙	真島				
		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)					
		小塙					
	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)						
	真島						
	19:15～20:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)						
	山内						
	21:00～22:00 もも肩ヨガティス (60分)						
	山内						

定休日

フレレスポ鳥栖店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17 土	05/18 日	05/19 月	05/20 火	05/21 水	05/22 木	05/23 金	05/24 土
10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 横山			10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塙	10:30～11:30 エアロピヨガ (60分) 真島		10:30～11:30 ホットピラティス (60分) 岩本	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 真島		12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 真島	12:15～13:00 Best Drum Diet 3.0 岩本
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙			14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 横山			14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 真島	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 横山
15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 横山							15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分) 真島
17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塙							17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 真島
				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 真島	17:30～18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本	17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 小塙	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 真島
				19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 横山	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分) 岩本	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 児玉
				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 真島	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 横山	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 岩本	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 横山

フレレスポ鳥栖店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25 日	05/26 月	05/27 火	05/28 水	05/29 木	05/30 金	05/31 土
10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 岩本		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 真島	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分) 真島		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 真島	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 横山		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 真島	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 横山
14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分) 岩本		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 横山	14:00～15:00 エアロピヨガ (60分) 真島		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分) 真島	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分) 岡本
15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙						15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塙
						17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 岡本
				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 岡本	17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 岩本	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 岩本
				19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 岡本	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 岡本	19:15～20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本
				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塙	21:00～22:00 スリムアッププレス (60分) 岡本	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 横山