

全レッスンの90%が初心者の方も大丈夫なクラスです

フレスコ垂水店 2025年 1~3月 タイムテーブル (初心者向け)

Main schedule table with columns for days (スタジオA, スタジオB, プール) and times. Includes a '休日' (holiday) column and a bottom section with a QR code and lesson details.



「無料レギュラーレッスン 自宅で参加」を選択
・申込画面は、開催日の7日前に表示されます
・自宅参加は、フレスコクラブ会員外の方も無料でご参加頂けます
・初めてご利用される方は、予約システム STORES のアカウント登録をお願いします

- レッスンは予告なく変更・休講になる場合があります
●レッスンの途中入退場はできません
●ツールの数により入場制限を行う場合があります
●祝日の下記の時間帯は休講となります
10:00以前のレッスン
17:20以降のレッスン
●代行情報は ktvl.jp サイト内でご確認下さい
●レッスン開始時間10分前より入場いただけます
●★はシューズ必要

◆下記のいずれか
①ZOOMを使って自宅参加（申込方法は下記のQRコードにアクセス）
②スタジオ参加（当日スタジオにお集まりください）
対象クラス 金曜19:00～19:30 Universal Yoga EARTH（関川太一）

無料オンラインレッスン参加方法

※15分レッスンは不定期開催

色 プレミアム
種類 初心者クラス
いきいき百歳体操