

ホットコラーゲンスタジオ PURUMOパークプレイス大分

2019年10月 LESSON SCHEDULE

・全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBまたはお電話にて。

プルモ 大分

検索

・毎週木曜日は定休日となります。

・スケジュールは変更させていただく場合がございますので最新情報は店頭またはWEBにてご確認ください。

・毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。

2019年10月スケジュールより変更
(時間、プログラム、担当者)がある
箇所は★で表記しております。

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
★ 11:00~12:00 purumo YOGA リラックス RIE		11:00~12:00 美彩心 ATSUMI	10:25~11:25 美彩心 MASAMI	10:30~11:30 purumo YOGA リラックス YUKO	
10/14(月・祝)は 担当KAORI	11:30~12:30 purumo YOGA ベーシック RITSUKO	コラーゲンシャワー	コラーゲンシャワー		
			11:50~12:50 purumo YOGA 骨盤ビューティ MINA	11:50~12:50 purumo PILATES ベーシック KAORI	
					12:45~13:45 美彩心 SHOKO
	★ 14:00~15:00 purumo ストレッチ &リセット MADOKA	13:50~14:50 purumo YOGA ダイエット RIKA			コラーゲンシャワー
	コラーゲンシャワー			15:00~16:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO	14:10~15:10 purumo YOGA 美腸 KANA IWAO
10/14(月・祝) のみ実施 となります。					
★ 17:00~18:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO					17:00~18:00 美彩心 AIKA
					コラーゲンシャワー
18:30~19:30 美彩心 ERI	18:30~19:30 purumo YOGA フロー RIKA			19:00~20:00 美彩心 SHOKO	
コラーゲンシャワー					
20:00~21:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO		19:50~20:50 purumo YOGA ベーシック KAORI	19:45~20:45 purumo YOGA 美腸 RITSUKO	コラーゲンシャワー	
					10/14(月)、10/22(火)は祝日のため 18時30分以降のレッスンはございません。
	★ 21:10~22:10 purumo YOGA 骨盤ビューティ KANA				◆ホットコラーゲンスタジオのレッスンは、 全てカラダを芯から温め汗をかく内容です。 ◆全レッスン、コラーゲントリートメント ランブが点灯いたします。 ◆青枠のクラスは他に比べて 運動量の多いクラスです。