

ホットコラーゲンスタジオ PURUMOパークプレイス大分

2019年11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。

ブルモ 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11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
			10:25~11:25 美彩心 MASAMI	10:30~11:30 purumo YOGA リラックス YUKO	
11:00~12:00 purumo YOGA リラックス RIE		11:00~12:00 美彩心 ATSUMI	カラーゲンシャワー		★
	11:30~12:30 purumo YOGA ベーシック RITSUKO	カラーゲンシャワー	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	11:30~12:30 purumo YOGA ベーシック RITSUKO
14:00~15:00 purumo ストレッチ &リセット MADOKA	14:00~15:00 美彩心 MADOKA	13:50~14:50 purumo YOGA ダイエット RIKA			14:10~15:10 purumo YOGA 美腸 KANA IWAO
	カラーゲンシャワー			15:00~16:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO	11/3(日・祝)は 担当者ASAE となります。
11/4(月・振替) のみ実施となります。					
★					17:00~18:00 美彩心 AIKA
17:00~18:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO					カラーゲンシャワー
	18:30~19:30 purumo YOGA フロー RIKA			19:00~20:00 美彩心 SHOKO	
18:30~19:30 美彩心 ERI				カラーゲンシャワー	
		19:50~20:50 purumo YOGA ベーシック KAORI	19:45~20:45 purumo YOGA 美腸 RITSUKO		11/4(月・振替)、11/23(土・祝)は 18時30分以降のレッスンはございません。
20:00~21:00 purumo YOGA ダイエット RITSUKO					
	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、カ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。