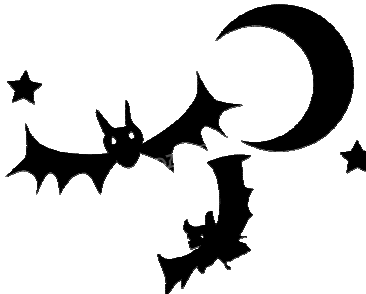



ホットコラーゲンスタジオ PURUMO蕨

10月 祝日特別LESSON SCHEDULE

10/22(火・祝)PURUMOレッスンスケジュール

9:30		
10:00	SPECIAL 10:00~11:00 purumo アロマ ストレッチ&リセット MAI	夏の疲れが出てくるこの時期 アロマの香りと共に身体をほぐして 朝からスッキリしませんか？
11:00		
11:30	11:30~12:30 華美脚 MANA	
12:00		
13:00	SPECIAL 13:00~14:00 purumo 免疫力UP YOGA TOMO	胸を開くポーズを中心にいきます。 自律神経を整え、風邪を引きにくい 身体作りを目指します。
14:00		
14:30	SPECIAL 14:30~15:30 purumo 運動不足改善 YOGA TOMO	ダイナミックに動いていきます。 呼吸に合わせて身体を動かすことで 血流を促し柔軟性を高めていきます。
15:00		
16:00	16:00~17:00 purumo溶岩フリー 60分/1,100円	
17:00	レッスンではありません	
17:05	17:05~18:05 purumo溶岩フリー 60分/1,100円	
18:00	レッスンではありません	

- 全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBまたはお電話にて承ります。事前にご予約ください。
 - 祝日の営業時間は9:30~20:00までとなっております。18:30以降のレッスンはございません。
 - デイタイム会員の時間外レッスン受講料は、2,062円/1レッスンとなります。
- ※記載の金額はお支払総額となります。

プルモ 蕨

検索



予約サイトQRコード

TEL:048-423-8482

