ホットコラーゲンスタジオPURUMO 平野
12月　LESSON SCHEDULE

- 全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBまたはお電話にて承ります。事前にご予約ください。　プルモ　平野　検索
- 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。
- レッスンには定員がございます。定員になり次第受付を終了させていただきますのでご注意ください。
- 毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。

ホットコラーゲンスタジオ PURUMO

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
10:00～11:00 purumo YOGA ベーシック ERI	10:00～11:00 purumo YOGA 美腸 SAYAKA	10:00～11:00 華美脚 コラーゲンシャワー	10:00～11:00 purumo YOGA 骨盤ビューティ YOSHIE	10:00～11:00 purumo YOGA リラックス YANA	10:00～11:00 美彩心 コラーゲンシャワー
11:30～12:30 purumo PILATES ベーシック TOMOKA	11:30～12:30 美彩心 コラーゲンシャワー	11:30～12:30 purumo YOGA ダイエット FUMIE	11:30～12:30 purumo YOGA ベーシック YOSHIE	11:30～12:30 purumo YOGA ダイエット YANA	11:30～12:30 華美脚 コラーゲンシャワー
13:00～14:00 purumo YOGA ダイエット HIROMI	13:00～14:00 purumo YOGA ベーシック KAYO	13:00～14:00 purumo YOGA リラックス MARI	13:00～14:00 purumo YOGA 骨盤ビューティ MASAKO	13:00～14:00 美彩心 コラーゲンシャワー	
14:30～15:30 purumo YOGA リラックス HIROMI	14:30～15:30 purumo YOGA 骨盤ビューティ KAYO	14:30～15:30 purumo YOGA ベーシック MARI	14:30～15:30 purumo YOGA ダイエット MASAKO	14:30～15:30 purumo PILATES ベーシック ERI	14:30～15:30 美彩心 コラーゲンシャワー
					16:00～17:00 purumo YOGA リラックス YUKIMI
				17:30～18:30 purumo YOGA ベーシック YUMI	
		18:15～19:15 purumo YOGA ベーシック RIE			
19:15～20:15 purumo YOGA 骨盤ビューティ YANA	19:15～20:15 華美脚 コラーゲンシャワー	19:35～20:35 purumo YOGA ダイエット RIE	19:15～20:15 purumo YOGA リラックス YUMI		
20:35～21:35 purumo YOGA リラックス YANA	20:35～21:35 美彩心 コラーゲンシャワー	20:55～21:55 華美脚 コラーゲンシャワー	20:35～21:35 purumo ストレッチ ＆リセット YUKI		

◆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プが点灯いたします。

◆ □ 青枠のクラスは運動量の多いクラスです。

◆「コラーゲンシャワー」
レッスン後に天井から照射されるコラーゲントリートメントランプを肌全体に浴び、キレイをチャージする時間をお楽しみください。

ホットコラーゲンスタジオ PURUMO

TEL:06-6718-6163

毎週木曜日は定休日となります。