

ホットコラーゲンスタジオ PURUMOパークプレイス大分

2023年3月 LESSON SCHEDULE

- ・全レッスン、完全予約制です。ご予約は予約サイトにて24時間受付しております。
- ・予約開始:AM0時から14日先まで予約が可能となります。
- ・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予約サイトにてご確認ください。
- ・レッスン開始1時間前に予約者が0名の場合は、レッスンをクローズさせていただきます。
- ・毎週木曜日は定休日となります。

ホットコラーゲンスタジオ
PURUMO



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
10:00						
10:30		10:30~11:30 purumoYOGA ベーシック ASAE	10:45~11:45 purumo YOGA ダイエット RIE	10:25~11:25 美彩心 MASAMI	10:30~11:30 purumo YOGA 骨盤調整 MAI	10:30~11:30 purumoYOGA ベーシック TOMOKO
11:00	10:45~11:45 purumo YOGA 美脚&美尻 KANA					
12:00		12:00~13:00 purumo YOGA リラックス YŪMI		11:55~12:55 purumo YOGA 骨盤調整 MAI	12:00~13:00 purumo PILATES ベーシック KAORI	
13:00						13:15~14:15 purumo YOGA 美脚&美尻 ANNA
13:30	13:30~14:30 purumoYOGA フロー TAMAKI		13:30~14:30 purumo PILATES ベーシック MAYA			
15:00					15:00~16:00 purumoYOGA ダイエット RITSUKO	
16:00						16:00~17:00 purumo YOGA リラックス YŪMI
17:00						
18:00					17:45~18:45 purumo ストレッチ &リセット MAYA	
19:00						
20:00		19:45~20:45 purumo YOGA 美脚&美尻 ANNA	19:45~20:45 ベタ腹・プリ尻 ヨガ&ピラティス KAORI	19:45~20:45 purumo YOGA リンパ RITSUKO	「温友」体験・紹介特典の ご案内はこちら！	
21:00	20:30~21:30 purumo YOGA ダイエット RITSUKO					
22:00		21:15~22:15 purumo YOGA 骨盤調整 TOMOKO				
23:00						

3月21日(火・祝) プログラム

purumoYOGA ベーシック
10:30~11:30
ASAE

purumoYOGA リラックス
12:00~13:00
YŪMI

purumoYOGA リンパ
16:00~17:00
RITSUKO

