

# 「プルモ de ごろん」

寝転んでいるだけで驚きの発汗量

PURUMOのスタジオでは、こんな効果が期待できます。

冷え  
改善

血流  
UP!

代謝  
UP!

美肌  
効果

- **PURUMO マンスリープランの会員様のみ、無料** でご利用いただけます。
- 開催時間はレッスンスケジュールをご確認ください。
- 利用の際はご予約が必要です。
- 利用回数制限はございません。
- スタジオの出入りは自由です。（スタジオ内の環境を保つため、必要以上の出入りはご遠慮ください）
- スマホやタブレットなどの、電子機器類の持ち込みは可能です。（自己責任の上ご利用ください）
- スタジオ内での撮影は禁止です。動画視聴にはイヤホンをご利用ください。

ごろん用

**バスタオル1枚付き**



ごろん後

**お風呂利用OK!**

ストレッチポール

筋膜グリッド

ヨガブロック...

ご自由にお使いください

