

ホットヨガスタジオ PURUMO 平野

2026年 6月 LESSON SCHEDULE

- ・完全予約制です。予約システムより事前にご予約ください。
- ・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、最新情報は予約システム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。
- ・レッスン開始1時間前に予約が0名の場合は、予約受付が終了いたします。



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
9:30						
10:00	10:00~11:00 やさしい ピラティス HIROMI	10:00~11:00 YOGA ベーシック KAZU	10:00~11:00 ストレッチ& リセット FUMIKO	10:00~11:00 1週目:やさしい太陽礼拝 2週目~:骨盤ビューティ ASAHO	10:00~11:00 YOGA リラックス YANA	10:00~11:00 YOGA リフレッシュ YOKO.T
11:00						
11:30	11:30~12:30 YOGA ベーシック ASAHO	11:30~12:30 快眠YOGA リラックス KAZU 期間限定!	11:30~12:30 YOGA 骨盤ビューティ FUMIE	11:30~12:30 アロマリフレッシュ YOGA ASAHO	11:30~12:30 YOGA ベーシック YANA	11:30~12:30 キャンドルyoga nana
12:00						
13:00	13:00~14:00 アロマリラックス YOGA ASAHO	13:00~14:00 YOGA 骨盤ビューティ RIE.M NEW 内容&担当変更	13:00~14:00 YOGA リラックス TOMO	13:00~14:00 快眠YOGA リラックス AYUMI 期間限定!	13:00~14:00 キャンドルyoga MAKI	13:00~14:00 YOGA ベーシック nana
14:00						
14:30	14:30~15:30 ポール& リフレッシュyoga TOMO	14:30~15:30 YOGA リラックス RIE.M NEW 担当変更	14:30~15:30 和みりセットyoga TOMO	14:30~15:30 YOGA 骨盤調整 sayaka	14:30~15:30 1週目:骨盤ビューティ MAKI 2週目~:ポール&yoga AYANA NEW 担当変更	15:30~16:30 YOGA リラックス YUKIMI NEW
15:00						
16:00	16:00~17:00 ブルモdeごろん ※別途料金あり	16:00~17:00 ブルモdeごろん ※別途料金あり	16:00~17:00 ブルモdeごろん ※別途料金あり	16:00~17:00 YOGA ベーシック sayaka	16:00~17:00 1週目:ピラティス YUKI 2週目~:アクティブyoga AYANA NEW 担当変更	
17:00						
17:30	17:30~18:30 ブルモdeごろん ※別途料金あり	17:15~18:15 ブルモdeごろん ※別途料金あり	18:00~19:00 YOGA ベーシック RIE	17:30~18:30 ブルモdeごろん ※別途料金あり	17:30~18:30 ユニバーサル ヨガ MARS YUKI	17:00~18:00 ブルモdeごろん ※別途料金あり
18:00						
19:00	19:00~20:00 YOGA リフレッシュ MAKI	18:45~19:45 YOGA リフレッシュ YOKO.T	19:30~20:30 YOGA リラックス RIE	19:00~20:00 やさしい ピラティス NATSUKO		
20:00						
20:15	20:15~21:15 キャンドルyoga MAKI	20:15~21:15 YOGA リラックス YOKO.T		20:30~21:30 ユニバーサル ヨガ MARS YUKI		
21:00						
22:00						
23:00						

◆レッスンは全てカラダを芯から温め汗をかく内容です。

◆ ⚠️ このクラスは運動量の多いクラスです。

◆ 🏠 このクラスははじめての方向けのクラスです。

◆ 🌿 このクラスはアロマを使用します。

◇ブルモdeごろん◇

ブルモのスタジオの中でごろんと寝ていただけます。
溶岩石から放出される遠赤外線効果で
身体を内側から温め、代謝を上げながら
リラックスタイムをお過ごしください。

【料金】500円(税込)

※上記料金に**タオルセットは含まれておりません**。
※ご利用には「ブルモdeごろん」チケットが必要です。
予約サイトでご購入の上、ご予約をお願いいたします。