



健康と美容は  
自分でつくる。



2024  
5.26(日)

# 一日 無料体験会

毎月開催

当日スケジュール

ラクネス実際のレッスンを  
無料で体験してみませんか？

初心者様  
歓迎

体質改善  
ダイエット

財布に優しい  
会員料金

9:15-10:00 エアリアルヨガ  
10:15-10:45 健康運動  
10:50-11:30 ヨガ  
11:45-12:30 STRONG NATION

※エアリアルヨガは  
定員がございます。ご予約をお願いします。

  
Laku  
ness  
ラクネス  
Woman's Space  
~健康と美容は自分でつくる~

LAKUNESS 整体+フィットネス  
長野県茅野市宮川1124-1  
電話：0266-78-7639

お問合せお申し込みはコチラ→

