

健康と美容は
自分でつくる。



2025
7.20(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。



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→

