



健康と美容は
自分ですくする。

2025
9.15
(月-祝)

一日

無料体験会



EXPERIENCE
FIT HOP[®]
Move, Groove and Create



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

10:30-11:15	エアリアルストレッチ
11:30-12:00	キックボクシング
13:30-14:15	FIT HOP
19:00-19:45	ヨガ
20:00-20:50	ZUMBA

※エアリアルストレッチは
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すくする～

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→

