

トレーニングスタジオ リンデール元氣堂スケジュール

R2年1月～

	月	火	水	木	金	土	日
9:15～10:15	<p>月曜から水曜までは ヨガ・女子パーソナル はお休みです。 男性パーソナル・ 針治療・整体は従来 どおり対応できます。</p>			<p>定 休 日</p>	ボディメ イクヨガ	ボディメ イクヨガ	ボディメ イクヨガ
10:30～11:30					ボディメ イクヨガ	ボディメ イクヨガ	ボディメ イクヨガ
12:00～13:00					ボディメ イクヨガ		
14:00～15:00					やさしい ヨガ	ボディメ イクヨガ	やさしい ヨガ
17:00～18:00					ボディメ イクヨガ		
							<p>土・日の予約(治療・ パーソナル等)は 17:00 までです。</p>

定休日は毎週木曜日です。

- ・少人数制ですので、予約をお願い致します。
- ・ヨガの時間でも予約がない場合は女子パーソナルトレーニングの予約を入れさせていただきます。
- ・水分のご用意をお願い致します。(店内でも1本100円で販売しております)
- ・パーソナルトレーニングをする時は、シューズの用意をお願い致します。

リンデール元氣堂

TEL 055-979-0151