

トレーニングスタジオ リンデール元氣堂スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
9:30~10:30	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	定休日 毎週木曜日・毎月1回臨時休業をいただく場合があります	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ
11:00~12:00	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クエクサ		ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ
14:00~15:00	やさしい ヨガ	やさしい ヨガ	やさしい ヨガ		やさしい ヨガ	ボディメイ クエクサ	ボディメイ クヨガ
17:30~18:30	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ	ボディメイ クヨガ		ボディメイ クヨガ		

土・日の予約は
17:00 までです。
施設は 19:00 まで
使えます。

全身針治療(60分)、針治療+整体(90分)、整体(45分)、パーソナルトレーニング(60分)をご希望の方は、予約をお願い致します。

*通常のマシーントレーニング、ウエイトトレーニングは営業時間内(午前 9:00~午後 7:00)の間でしたら、いつでもご利用できます。(最終は午後 6:00 時入店)安全の為にシューズをご用意ください。(初めての方はパーソナルトレーニングを1度受けてください)

*ボディメイクエクササイズの方はシューズをご用意ください。

リンデール元氣堂

Tel 055-979-0151