

バレエエクササイズ



JEUGIA カルチャーセンター光明池にて開講いたしております

バレエの基礎を取り入れたストレッチ中心のクラスです

“バレエ”という『え～、無理～ッ!』と敬遠されがちですが…

大丈夫です♪

体の硬い方にこそ、受けていただきたいエクササイズです

受講生の皆さん、『いたたあ～』と言いながら楽しくレッスンされていますよ

年齢性別不問★

現役バレリーナが直接ご指導いたします

一緒にしなやかで引き締まった身体をつくりましょう

曜日	時間	受講料(月額)
第2・4木曜日	10:30～11:30	3,150 円(税込)
第1・3土曜日	10:30～11:30	3,150 円(税込)

※随時体験可◎1,050 円

ご興味のある方はぜひ一度、体験にいらしてください

JEUGIA カルチャーセンター光明池(コムボックス 1F)

TEL 0725-50-5560

<http://www.jeugia.co.jp/culture>

講師:小田 恭子

(夢バレエスクール主宰)

サークル活動等への出張レッスンも可能です

お気軽にご相談ください

090-6977-4554

yume-ballet@hotmail.co.jp

<http://ameblo.jp/yume-ballet/>

