

バレエエクササイズ

2月～4月 体験教室開催決定

日常使いづらい部位をしっかりほぐして、
ダンサーのようなしなやかな身体作りを目指します。

また、バレエの腕や脚の使い方によって
インナーマッスルを目覚めさせるレッスンです。

身体をどう動かしたら良いかわからない方はぜひご参加ください。

バレエ経験は問いませんが、経験者の方にもおすすめです。

◆ 日程：2月 19日、26日 3月 12日、19日 4月 9日、16日

◆ 曜日：金曜日 ◆ 時間：14:00～15:00

◆ 参加費：¥1,000(税込) / 1回

※体験期間中は何回でもご参加いただけます

● 申込方法 ●

LIFE STATION 新百合ヶ丘のホームページ「お問い合わせ」より、
下記情報を送信してください。

お名前 / 電話番号 / メールアドレス / 参加希望日
(先生の紹介の場合はその旨もご記載ください)

● 申込期間について ●

2月分の体験日につきましては1/31(日)までにお申し込みください。

参加希望者多数の場合は抽選とさせていただきます。

3月分以降は下記申込開始日より先着順とさせていただきます。

≫ 3月分申込開始日 2/1(月) ≫ 4月分申込開始日 3/1(月)

LIFE STATION 新百合ヶ丘
044-819-6633

