

バ レ エ
B a l l e t

エ ク サ サ イ ズ
e x e r c i s e

バレエエクササイズとは...

クラシックバレエのように踊りが中心ではなく
バレエの動作を活かしたトレーニングやストレッチを行い
コンディションを整えます。

楽しく健康的な身体・引き締まった身体・美しい姿勢を目指して頑張りましょう

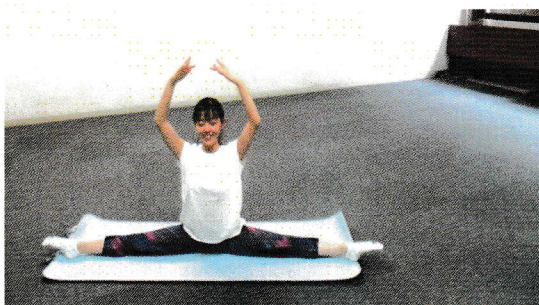
皆様にどのような教室かを知っていただきたい...

そこで**無料体験会**を開催します!!

開催日時・会場

8月3日・24日 金曜日 10:30~11:30 (研修室)

***会場は人数により第4競技場へ変更になる場合があります**



持ち物 室内シューズ 靴下 タオル 飲み物

服装 トレーニングウェア

(バレエやヨガの服装でも大丈夫です)

お申込み お電話または1Fフロントにて事前にお申し込みください

***ご質問などお問合せは、感謝と挑戦TYK体育館(22-4111)までご連絡ください。**