

2.3月イベント開催!!

バレエストレッチ

「バレエってなんだか敷居が高い」と思っていないですか？
そんなことはありません！バレエ解剖学に基づいた、
優しいストレッチとエクササイズでバレリーナのような
しなやかなカラダ作りを目指していきましょう♪
バレエ経験者の方はもちろん初心者の方も大歓迎です(^^♪

日程：2月13.20.27/3月6.13.27(3月20日はお休み)

時間：木曜 19:00-20:00

場所：2階 トレーニング室

**持ち物：運動が行える服装、
タオル、飲み物、室内履き**

参加費：800円/1回

定員：先着20名

**受付：1階の券売機にてチケットを
購入。2階サウナ受付前
にて申込み。**

