

ピラティス&バレエ



最初はピラティスでじっくり体をほぐしてからの
バレエのレッスンになります。
バレエの柔軟性、筋力の調整に
しなやかな体づくりに♪

毎週火曜日（冬季月3回になる場合がございます）

18:00~20:00

受講料： ¥6,156

体験料： ¥1,080

講師： *Chiharu*

