

~健康的に美しくなりたいすべての女性へ~

バレエ+フィットネス+ヨガを

組み合わせたエクササイズ♪

動きは簡単！運動経験の少ない方も大丈夫です♪



B
a
l
l
e
t
o
n
バ
レ
エ
ト
ン

1日体験レッスン♪

2月19日、26日(月)

3月 5日、19日(月)

時 間 10:30~11:30

体験料 540円/1回

(体験レッスンは1回のみです)

持参品 動きやすい服装、水分、
汗拭きタオル

曜 日 第1・3(月)

時 間 10:30~11:30

受講料 2,160円/月2回

持参品 動きやすい服装、水分、
汗拭きタオル

講 師 美浪まゆみ バレトン認定インストラクター

お申し込み・お問い合わせ **きたみ春光文化教室** TEL0157-69-8511

COOPさっぽろ きたみ春光店2階 (日曜・祝日除く ※事前にご予約ください)