

~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♪

# Balletton

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



体験料 540円

体験レッスン受付中

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)