

# 健康体操&バレエ



木曜日

10:30～12:00

受講料 4,320 円

持参品 レオタード、タイツ、  
バレエシューズ  
(お持ちでない方は斡旋します)

講師 笠原 公美子  
(笠原公美子バレエ教室)

バレエを始めたら体が  
変わった!!

- ・実年齢より若く見える
- ・バレエ・エクササイズで  
理想の体に…
- ・体をのびのびと伸ばし  
て汗をかくのを実感!!
- ・姿勢美人をめざしませんか?

お問合せ・お申込み

コープさっぽろシーナ店 2F シーナ文化教室

旭川市永山 3 条 15 丁目 ☎47-9270