



バレエストレッチ

講師：柳 三千代

やさしい動きで骨盤を整え、美しい姿勢を作ります。

続けてゆくうちに体幹を鍛え、立ち居振る舞いも優雅に♪

♥ 体験会 9月27日
体験料 540円

● 日時：第 2・4(木)

● 時間：10:00～11:30

● 持ち物：Tシャツ、スパッツ等動きやすい服装

● 受講料 : 3,780円

● 教材費 : なし