

バレエストレッチクラス 《ご案内》

バレエに必要な柔軟性を高めるのはもちろん、普段凝り固まっている部分をストレッチすることでリンパや血液の循環を促し、代謝アップの効果を得られます。
日常のストレスを解消し、継続することで心と身体のメンテナンスにつながります。
ゆっくりとしたペースで始めていきますので無理のない範囲でご参加ください。

【講座日時】 毎週日曜日 14:00~14:50

【持ち物】 動きやすい服装 靴下 タオル 水分

※MasterStretch®の器具を用いてのストレッチをご希望の方は室内用スニーカー

【対象】 中学生以上 親子やご夫婦での参加も大歓迎です◎

【入会金】 ¥10,000

当スタジオではセキュリティの面から全ての講座対象に入会手続きをお願いしております。
家族割として2人目からは入会金は半額となります。

【受講料】 チケット制 5回分¥5,000 (3ヶ月有効)

7月~9月、12月~2月は冷暖房費として維持費¥500が必要です。



初回は体験レッスンとして¥500で受講できます。〈要予約〉

お気軽にご参加ください！

【お問い合わせ】

バレエスタジオ Lumiere (ルミエール)

〒212-0057 川崎市幸区北加瀬1-29-6

Tel&Fax 044-599-6553

Mobile 090-3479-7333 (小林)

✉ ballet_studio_lumiere@yahoo.co.jp

Ballet studio  ルミエール
Lumiere