

★当日申し込みクラス★



からだ整えバレエ



バレエの動きを使って運動を行い、筋力・体幹アップを目指します！！姿勢改善にも効果的です。身体が硬い人でも大丈夫！バレエの動きを使って運動するだけなので、お気軽にご参加ください♪

★毎週金曜日開催★



当日申し込みクラス 1回300円

| 日時 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
|----|--|------------|--------------|------------|
| | 6・13・20・27 | 4・11・18・25 | 1・8・15・22・29 | 6・13・20・27 |
| 時間 | 11:00～12:00(60分間) 毎週金曜日開催 | | | |
| 場所 | 西楽園 2F 会議室3 (施設の利用状況によりお部屋が変わることがあります) | | | |
| 定員 | 15名 (先着順) | | | |
| 料金 | 1回 300円 ※教室前または終了後60分以上のご利用は別途施設入館料がかかります。 | | | |
| 受付 | 西楽園 事務所窓口にて開館(9時)より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。 | | | |
| 備考 | 1回参加型の教室です。その都度参加料をお支払ください。 | | | |
| | 運動のできる服装とタオルをご用意ください。 | | | |
| | 他の方の代理手続きは出来ません。 | | | |
| | 指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。 | | | |
| | 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。 | | | |