

★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	1月	2月	3月	曜日
	10・17・24・31	7・14・21・28	6・13・20・27	金曜
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。				