



**続けることで体の内側の筋肉が鍛えられ、
美しい姿勢を維持することが出来ます！**

30代～70代以上の女性に人気のある教室です。

バレエの姿勢など基本的な部分のレッスンから始まるので、
バレエ初心者の方でも安心してご参加頂けます。

- 日 時 10：00～11：00 金曜日（全10回）
- 講 師 高橋 朱美 先生（ヘルシースタジオ派遣講師）
- 定 員 30名（女性限定）
- 受講料 6,000円 今回から、受講料の価格改定をさせていただきます。

日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
4月11日	4月18日	4月25日	5月2日	5月9日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
5月16日	5月23日	5月30日	6月6日	6月13日

申込日：令和7年3月14日（金）11：00～11：15

※11：00～11：15に整理券を配布、11：15から説明開始

※お電話での予約・申込はできません。

※抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

※当日会場に来られない方は往復はがき、またはHP教室ガイドから仮申し込みができます。（3/13必着）

★申込後、空きのある場合は、定員になるまで窓口、または教室ガイドにて受付けます。

一宮スポーツ文化センター
☎ 0586-24-1881

公式HP



公式LINE



Instagram

