ストレッチ&バレエ

★日時　：　日曜日×開催日数
10:55~11:55

★場所　：　第1スタジオ

★内容　：　ストレッチから始め、柔軟性を活かしたバーレッスンの動きを習得していくクラスです。

★対象　：　16歳以上
女性のためのクラス

★料金　：　1,300円（1回単価）

担当　中村IR より

初心者大歓迎！
ストレッチ、バー／センターレッスンを
ぎゅっと1時間に
凝縮したクラスです。
きれいな姿勢作りに！