

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 : 1,500円(1回単価)

担当 中村R よい

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！

