

**2.3月イベント開催!!**

# バレエストレッチ

「バレエってなんだか敷居が高い」と思っていないですか？  
そんなことはありません！バレエ解剖学に基づいた、  
優しいストレッチとエクササイズでバレリーナのような  
しなやかなカラダ作りを目指していきましょう♪  
バレエ経験者の方はもちろん初心者の方も大歓迎です(^^♪

**日程：2月13.20.27/3月6.13.27(3月20日はお休み)**

**時間：木曜 19:00-20:00**

**場所：2階 トレーニング室**

**持ち物：運動が行える服装、  
タオル、飲み物、室内履き**

**参加費：800円/1回**

**定員：先着20名**

**受付：1階の券売機にてチケットを  
購入。2階サウナ受付前  
にて申込み。**

