



はじめての クラシックバレエ

無料体験のお知らせ

12月28日水曜日

17時15分開始

場所 2階柔道場

対象 4歳～園児



初めてでも大丈夫！バレエを習ってみたい子のクラスです。
体の動かし方から、基礎をしっかり指導します。
今日から可愛いバレリーナ！

レッスンの内容

- ①バレエのルベランス（お辞儀）
- ②フロアー．．．柔軟性を強化するストレッチ。
- ③バー．．．バレエの基礎のレッスン
- ④センター．．．バーでの動きを元に、スキップやジャンプ。
- ⑤バレエのルベランス



© Can Stock Photo

M&M's

履正スイミングクラブ十三

大阪市淀川区十三本町3-4-
TEL(06)6303-0401