

2017年1月～3月 有料レッスンのお知らせ

新しい趣味
始めませんか？

バレエ

『よく分かる！基礎バレエ』

正しい土台がなければ正しいテクニックは育ちません。
深層筋を働かせて「引き上げ」る感覚を養いながら、
楽しく基礎を学びましょう。

■体幹コンディショニング編

- 1.プリエ
- 2.タンデュ
- 3.クペ
- 4.ロンデ・ジャンプ・アテール
- 5.ロンデ・ジャンプ・アンレール
- 6.フォンデュ

■しなやかポール・ド・ブラ編

- 7.アームスのポジション
- 8.身体の方角
- 9.アダジオ
- 10.総まとめ

全10回

□受講料 クラブ会員様 20,250円(税込)
時間外区分会員様 / 非会員様 33,750円(税込)

□定員 15名 (最少催行人数 7名)
開催決定日 12/28(水)
※中止の場合はご連絡いたします。

□期日 1/8, 1/15, 1/22
2/5, 2/12, 2/19
3/5, 3/12, 3/19, 3/26 (全10回)
全て日曜日

□時間 17:05～18:20(75分)

□場所 スタジオB



小山恵 (こやま めぐみ)

申し込み開始日 武蔵小山会員：12月11日(日)
利用時間外区分/ DUE他店舗会員：12月14日(水)
非会員：12月15日(木)

キャンセル料

【実施日の7営業日前まで】→なし
【実施日の6営業日前から3営業日前まで】→受講料の50%
【実施日の2営業日前から当日】→受講料の100%
※途中からの受講は3回目までとさせていただきます。
(4回目以降の参加は不可)

国内外での出演、振付等舞台創作活動と平行し、
長年に渡り指導の現場にたつ。ダンサーのパーソ
ナルトレーニングも行う。

掲載日	掲載期限
2016年 12月 6日	2017年 1月 22日

2017年1月～3月 有料レッスンのお知らせ

新しい趣味
始めませんか？

バレエ

『よく分かる！基礎バレエ』

正しい土台がなければ正しいテクニックは育ちません。
深層筋を働かせて「引き上げ」る感覚を養いながら、
楽しく基礎を学びましょう。

■体幹コンディショニング編

- 1.プリエ
- 2.タンデュ
- 3.クペ
- 4.ロンデ・ジャンプ・アテール
- 5.ロンデ・ジャンプ・アンレール
- 6.フォンデュ

■しなやかポール・ド・ブラ編

- 7.アームスのポジション
- 8.身体の方角
- 9.アダジオ
- 10.総まとめ

全10回

□受講料 クラブ会員様 20,250円(税込)
時間外区分会員様 / 非会員様 33,750円(税込)

□定員 15名 (最少催行人数 7名)
開催決定日 12/28(水)
※中止の場合はご連絡いたします。

□期日 1/8, 1/15, 1/22
2/5, 2/12, 2/19
3/5, 3/12, 3/19, 3/26 (全10回)
全て日曜日

□時間 17:05～18:20(75分)

□場所 スタジオB



小山恵 (こやま めぐみ)

申し込み開始日 武蔵小山会員：12月11日(日)
利用時間外区分/ DUE他店舗会員：12月14日(水)
非会員：12月15日(木)

キャンセル料

【実施日の7営業日前まで】→なし
【実施日の6営業日前から3営業日前まで】→受講料の50%
【実施日の2営業日前から当日】→受講料の100%
※途中からの受講は3回目までとさせていただきます。
(4回目以降の参加は不可)

国内外での出演、振付等舞台創作活動と平行し、
長年に渡り指導の現場にたつ。ダンサーのパーソ
ナルトレーニングも行う。

掲載日	掲載期限
2016年 12月 6日	2017年 1月 22日