

Special Event Week

-Feb-

2/24

(TUE) Bスタジオ
16:15-17:00
担当：中田豊晶

バレエ入門 センターレッスン+

通常レッスンの後にもう少し！センターレッスンを楽しみましょう♪

*参加費：1,650円 (税込)
*定 員：22名 (最少催行4名)

*申込日：2月10日(火)22:00～
*申込締切：2月21日(土)23:59

2/25

(WED) Bスタジオ
15:20-16:05
担当：福嶋純子

ヴォーカリズム

誤嚥予防や骨盤底筋のトレーニング効果が期待できる！
楽しく発声しながら鍛えましょう★

*参加費：1,100円 (税込)
*定 員：20名 (最少催行6名)

*申込日：2月11日(水)22:00～
*申込締切：2月22日(日)23:59

2/26

(THU) プール
15:00-16:00
担当：寺田啓人

背泳ぎの腕の基礎

見えない手をイメージして、背泳ぎの苦手ポイントを克服しましょう！

*参加費：2,750円 (税込)
*定 員：16名 (最少催行2名)

*申込日：2月12日(木)22:00～
*申込締切：2月23日(月)23:59

2/26

(THU) Bスタジオ
18:45-19:30
担当：あさ美

前屈するための力を引き出すヨガ

あさ美IR初イベントが開催決定★
ブロックを使いながら筋肉を緩め、骨盤の動きから確認していきます○

*参加費：1,650円 (税込)
*定 員：25名 (最少催行5名)

*申込日：2月12日(木)22:00～
*申込締切：2月23日(月)23:59

●キャンセルについて 開講日3日前まで…全額返金 開講日2日前以降…100%負担

※最少催行人数未達の場合は中止となります。本イベントは、全プラン同日の申込開始となります。