

なまえ

アロームリリー ケアバレエヨガ (杉浦 ^{スギウラ} 智子 ^{トモコ})

分類番号 913

分類番号 999

分類番号

講座内容

バレエヨガ (バレエの動きでヨガをします。)



開講できる日、時間帯

平日 (午前9時～午後6時)

指導料

1時間レッスン
10名まで…3,000円
20名まで…5,000円
それ以外は応相談

材料費

無し

実績、資格

指導歴7年 300名以上

受講生のみなさんへ

年齢、性別を問わず、バレエ・ヨガ初心者の方でも、心と体を整えて楽しめるバレエスタイルの優しいヨガです。
美しい姿勢と不調のない自分を楽しんでみませんか。
バレエをやってみたいけど勇気のない方、ヨガ経験のない方、優しい運動で健康をめざしたい方などにおすすめです。

備考

--