



ボディメイクバレエ

▼どんな教室…?

ボディメイクバレエはバレエの基礎を中心としたレッスンです。バレエって難しそう…なんて心配はいりません♪
まずは綺麗な姿勢でバレエの雰囲気作りから！そして、教室いっぱいを使って大きく元気に踊りましょう！！

ストレッチで身体を柔らかくし体幹を鍛え、そしてバレエの基礎を中心に、

音楽に合わせて楽しくイキイキと踊る事をモットーにしてレッスンを進めていきます☆

初心者の方も大歓迎です！もちろん経験者の方も一緒に楽しくレッスンしましょう！！ 体験レッスンもお越しください！



日時	金曜日 19:00 ~ 20:00
場所・定員	多目的室(大) ・ 20名
参加費	4,000円/10回
持ち物	動きやすい服装 ・ タオル ・ 飲み物 【入会后】 バレエシューズ

担当講師

中才 貴恵

-Takae Nakasai-

10歳より堀川美和バレエスタジオにて
バレエを始める
16歳からジャズダンス、
20歳から日舞を習う

大阪音楽大学声楽専攻を卒業
後、芸能事務所に所属し、テレビド
ラマ

「夫婦善哉」「影武者 徳川家康」
などに出演

現在はクラシックバレエや
ジャズダンスの指導をしており、
様々なイベントや舞台に出演している

第3期 教室開催日

… 開催日



… 更新日

11 2020	12 2020	1 2021
日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5	1 2
8 9 10 11 12 13 14	6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9
15 16 17 18 19 20 21	13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16
22 23 24 25 26 27 28	20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23
29 30	27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30
		31

お申し込み方法

継続の方は…

毎期9回目以降が更新期間となるので、次期初回までに参加費をお支払いください。
※10回目までにお支払いが難しい場合は、窓口・電話にて継続される旨をお伝えください。



新規の方は…

窓口・電話にて無料体験にお申込みください。(状況により新規申込を締め切っている場合があります)

大東市立市民体育館
スポーツ教室

大東市立市民体育館 072-871-3201

主催：一般財団法人 大阪スポーツみどり財団