

毎週
金
曜日

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リーナの雰囲気作りから！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！



講師プロフィール

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

曜日	金曜日
時間	19:00~20:00
場所	多目的室(大)
定員	20名
参加費	4,000円/10回

第3期 教室開催日

…開催日

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

お申し込み方法

継続の方は…

現在受講中の方については、第2期 教室最終回までに継続される旨を管理事務所までお伝えください。
※参加料につきましては、第3期 教室初回参加時までにお支払いください。

新規の方は…

お問い合わせください。
※教室によっては定員になり次第、お申込みを締め切らせていただく場合があります。



大東市立市民体育館

072-871-3201

大東市立市民体育館
スポーツ教室

主催：一般財団法人 大阪スポーツみどり財団