

子育て支援プログラム

保育付き バレエストレッチ

バレエが初めての方大歓迎！保育士がいるのでお子様といっしょのご参加もお1人でのご参加もどなたでもご参加いただけます。

バレエの要素やバーを使って姿勢を意識しながら体幹を鍛え、姿勢矯正や腰痛の改善を目指しましょう！

- 体験参加費 1,000円
- 保育料 500円／1名
保育定員6名
※同室での見守り保育となります。
表示価格は全て税込です

体験会スケジュール

8月 21 日(水) 時間：10:45～11:30

飲み物と動きやすい服装でお越し下さい。

場所：東京YMCAキャナル地域プログラム
(東雲コミュニティーセンター)
江東区東雲1-9-14-103



講師：三嶋香里

モダンバレエ教室はねウサギ指導者。東雲地域で約20年指導してきました。私自身も子育てを経験し、バレエの要素を取り入れたストレッチで腰痛改善をしてきました。その経験を活かし皆様のボディメンテナンスをいたします！

申込・お問い合わせ

東京YMCAキャナル地域プログラム

申込の詳細はホームページを
ご確認ください⇒



☎ 03-3615-1769

10:00～13:00 (営業日：月・火・木)
江東区東雲1-9-14-103