

# おとなの バレエ教室



バレエが初めての方、バレエでリフレッシュしたい方、おとなのバレエ教室に参加しませんか？

子育てしながらバレエを始めたい方には保育士が同室保育を行います。

おひとりのご参加も大歓迎です。動きやすい服装ができるバレエ教室です！

2026年 1月14日、28日 (水)

2月 4日、18日 (水)

3月 4日、18日 (水)

時 間 10:30～11:15

参加費 1500円/回

※同室保育も行います（保育料別途500円/1名）

※申込は各回ごとになります。

※飲み物と動きやすい服装でお越しください。

※表示価格は全て税込み

お申込み専用フォーム⇒



## レッスン内容

日によって異なります。

ストレッチや簡単な  
体感トレーニング (10分)  
バーレッスン (20分)  
ステップなど (15分)

講師：三嶋香里



4歳よりモダンバレエを始め様々な舞台にダンサーとして参加、コンクールに入賞。2005年にモダンバレエ教室はねうさぎ教室を東雲に開設し、地域に根付いたモダンバレエ教室を展開

## 【問い合わせ・場所】

公益財団法人東京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）

☎03-3615-1967 (月～金 10:00～13:00)

135-0062 江東区東雲1-9-14-104

