

# 世界で人気のある ベリーダンス教室の新設決定!!

楽しく踊ってしなやかボディを目指しましょう♪

※ 3月4日(水) 12:00からお電話にて受付開始!



ベリーダンスは世界最古の踊りと言われ、エジプト発祥でしなやかな動きが特徴です。

Bellyとは、お腹という意味でインナーマッスルを使います。通常はアラブの音楽を使いますが、私は様々なジャンルの曲を使用し振り付けもオリジナルで作っています。未経験の方も是非一緒に楽しみましょう!



- ・体幹強化や身体を引き締めたい
- ・腰痛を改善したい
- ・楽しくダンスを踊りたい



## 《日程》

第1期 (4月～6月)

水曜日 9:30～10:30  
スタジオ / 30名

4月 1・8・15・22

5月 13・20・27

6月 3・10・24



マリー

全10回

¥12,100-