三菱養和スポーツクラブ

大人のバレエレッスン

美しい姿勢としなやかな身体の使い方を身につけ、
バレエの基本動作を楽しむレッスンです。
ゆっくりと身体を温めた後、柔軟性を確認しつつ
バレエの音楽に合わせてバーレッスンを行い、
最後に簡単な振付を行います。

●開催日時：火曜日　１１：３０～１２：３０（６０分）

●開催予定：第１期　４ ～ ６月　第２期　７～９期
第３期　１０～１２月　第４期　１～３期

●対象者 ： 三菱養和スポーツクラブ会員
（三菱会員・データイム会員・フルタイム会員）
＊18歳以上・高校生不可

●料　金 ： 11,500円～13,800円（全10～12回）

●定　員 ： ２０名

●開催場所：本館３階スタジオ

●講　師 ： 佐野 あい

●申込受付：当会ホームページ、館内のポスター・チラシにて
ご案内いたします。

講師：佐野 あい

【プロフィール】
5歳からクラシックバレエ、12歳からジャズダンスや声楽を学び、
高校卒業後ダンサーとして活動を始め、必要に応じてタップダンス
など様々なジャンルのダンスを学ぶ。
ダンサー、インストラクター、俳優、振付師、様々経験し、
現在はフィットネス・ピラティス・バレエ・ダンスインストラクター
として活動中。
蜷川幸雄演出舞台6作品出演、9作品振付。その他TVやライブ等の
振付、出演。