



はじめての ベリーダンス

「ベリー」とは、おなかの周り、という意味。エキゾチックな音楽に合わせて女性らしく優雅に、ときにはげしく踊ります。

全身運動ですのでダイエットやボディメイクにてきめんです。

初めての方大歓迎!

様々な年齢の方々が楽しんでいます。気軽にご参加ください♡

◆ 体験会 ◆

日 程 : 9月19日(日)

時 間 : 15:30~

定 員 : 女性20名

参加費 : 800円【要予約】

持ち物 : 動きやすい服装、水、タオル、
ヒップスカーフは無料貸出し

~ 講 師 ~

ニケラベリーダンスカンパニー代表

地主 裕子先生



日 程 : 日曜日(第1・3)

時 間 : 15:30~16:20

定 員 : 女性20名

会 費 : 3,300円(月額)

持ち物 : 動きやすい服装、水、タオル、
ヒップスカーフは無料貸出し