

# ストレッチからゆっくり丁寧に。 美しい姿勢と身体をつくりましょう。



錦秀会住吉区民センター  
主催事業

増田倫子先生の

# 健康バレエ ストレッチ



## 【講師紹介】

幼少の頃よりバレエ、ジャズダンスを始める。  
現在はコレオグラファー(振付師)として活動しつつ、ダンスの指導経験をもとにしたヨガ、ピラティス講座など健康づくりの分野にも活動の幅を広げている。

## 講座概要

クラス	会場	受講料	持ち物	定員	難易度
月曜 (10:00~10:50)	錦秀会 住吉区民 センター 大ホール *更衣室あり。	3ヶ月 (10回) 12,000円 (税込) *回数により増減しますので お問合せください。	動きやすい服装、 厚手の靴下または バレエシューズ、 タオル、飲み物	各30名	★☆☆
月曜 (11:00~11:50)		3ヶ月 (5回) 7,000円 (税込) *3ヶ月のうちご都合のよい 回にご受講いただけます。			★★☆
木曜 (19:00~19:50)		★★☆			

\*お休みされても返金できません。月割り・日割りもできません。

\*台風の接近等により災害が発生するおそれがある場合、また、講習会開始2時間前に大阪市に「暴風警報」「特別警報(種類問わず)」が発令されている場合、災害等により、JR阪和線および南海高野線が運転取り止めしている場合は、講習会を中止または延期します。

\*講習会の参加等のために取得した個人情報は、当館主催事業のために使用し、適正に管理します。

## お問合せ先

☎06-6694-6100

## 申込方法

窓口、施設問い合わせフォーム、FAX

必要事項：氏名、住所、電話番号、希望クラス



区民センターの  
最新情報は  
こちら！