

美姿勢ワークショップ



立ち姿や座っているときの姿勢が美しい女性にアコがれませんか? 猫背や反り腰など、姿勢が悪いと見た目だけでなく、疲れやすくなったり、凝りやすくなったり、体調面にもよくありません。4月のミニツク・ワークショップでは、バレエダンサーの瀬戸口高史先生から、美しい姿勢で立つ&座るコツと、バレエ音楽に合わせて簡単な動きをまねるだけで体幹が整っていくエクササイズを直接教えていただきます! 瀬戸口先生とバレリーナの方によるバレエのプチ公演も。目の前で本格バレエをプチ鑑賞できる貴重な機会です。ウェアやシューズは不要ですので、お出かけついでや会社帰りに、お気軽にご参加ください♪

日時: 2019年4月17日(水)

【昼の部】13:30 ~ 15:00 (開場 13:00)

【夜の部】18:30 ~ 20:00 (開場 18:00)

会場: 株式会社フェリシモ本社オフィス

神戸市中央区浪花町 59 神戸朝日ビル 21 階

参加費: 事前WEB申込み 3,900円(税込)

当日会場申込み ※空席がある場合のみ 4,500円(税込)

定員: 各回25名 ※先着順



『リラックス
美バレエ®
レッスンプログラム』
トライアルレッスン
(税込 2,592円相当)
付き!

<レッスン DVD1枚>
<レッスン BOOK1冊>



お申し込みは WEB から

<http://feli.jp/s/mtws5/>



講師紹介: バレエダンサー 瀬戸口高史先生 (ミニツク『リラックス美バレエ® レッスンプログラム』監修者)
6歳でバレエを始め、15歳の時に単身イギリスの English National Ballet School に入学。卒業後は、香港バレエ団、ミラノスカラ座バレエ団、トリノバレエ団、スウェーデン王室バレエ団でダンサーとして活躍。2014年4月に、神戸市内にバレエスタジオ「プリマステラ」を設立し、一流の中で磨かれた気品あふれるバレエで、プロを目指すダンサーたちを基礎から指導している。
<https://primastella-kobe.jimdo.com/>

お問い合わせ

株式会社フェリシモ
ミニツク企画編集室
<http://feli.jp/s/mtws5/2/>



FELISSIMO