

CELAS
PILATES & BALLET STUDIO

BALLET & PILATES

大人のための ピラティス バレエレッスン



ピラティスで身体を整え、バレエで美しく動く 毎週月曜11:00～12:45

当スタジオでは、ただ動くだけでなく

不調のない身体づくりを大切にしています。

- ・肩こりや腰の違和感をやわらげたい
- ・身体を正しく使えるようになりたい
- ・バレエで「できない」を少しずつ減らしたい

そんな想いに寄り添いながら、
一人ひとりに合わせて丁寧にお伝えします。

毎週金曜13:00～14:45

千城台コミュニティーセンター
ヘルシーホール

お問い合わせ 090 5507 7988

(ショートメール可能)

担当 オバマ

初心者の方もご参加可能

お問い合わせお待ちしております

【講師】 児玉 ちあき

オーストラリアナショナルシアターバレエスクール
ディプロマ取得

STOTT PILATES 認定講師

10年以上の講師経験有



LINEでのお問い合わせはこちら

