



# ベリーダンス教室

- 講師 **Chie Cigdem** (ヘルシースタジオ派遣講師)
- 定員 **15名** (女性限定)
- 受講料 **5,500円**

※当館主催の教室は教室傷害保険に加入しております。



ベリーダンスは体のパーツごとに動かすことで、骨盤の歪みや肩コリ・腰痛を改善します。また、コアマッスを意識した動きをすることでくびれができ、より女性らしい体をつくれます。ゆったりとした音楽で踊るので初心者の方でも気軽にご参加いただけます。

- 申込日 **令和4年9月7日(水)**  
**18:30~18:45**

(※お電話での予約・申込みは出来ません。)

- ※申込み当日に来られない方は、往復はがきでの仮申し込みが可です。(9/6必着)
- ・抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。
- ・空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。

最新の情報はホームページをご覧ください。最新の情報はお電話にてお問い合わせください。

## 教室日程 全10回 (水曜日 19:00~20:00)

① 9月28日	⑥ 11月2日
② 10月5日	⑦ 11月9日
③ 10月12日	⑧ 11月16日
④ 10月19日	⑨ 11月30日
⑤ 10月26日	⑩ 12月7日

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586-24-1881

<https://www.supobun.or.jp>

