



# 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。



※当館都合により、日程、回数、受講料が変更になる可能性があります。  
ご了承の上お申し込みをお願いします。

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 **12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。(12/6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  
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。  
か、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 1月11日	⑥ 2月22日
② 1月18日	⑦ 3月1日
③ 2月1日	⑧ 3月8日
④ 2月8日	⑨ 3月15日
⑤ 2月15日	⑩ 3月22日

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586-24-1881

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

