

新

4月開講予定

大人のための

# バレエ

## ★ 教室

初心者向けのバレエ教室です！

講師：筒井貴子先生

- ◆基礎練習を中心にバレエの動作を行いながら姿勢をよくし、体力をつけていきます。
- ◆高齢者の方、大歓迎！ 足腰を強化し、転倒防止にもつなげていきます。
- ◆バレエの音楽(クラシック)を聴きながら優雅な時間をお過ごしください！
- ◆ご自宅でも自主練習ができます！ お台所での時間も楽しい時間にも変わるかもしれません。

### 体験教室開講



2020年3月14日・21日・28日

土曜日 19:00~20:30

1回 500円 対象：高校生以上

- ◆動きやすい服装（ジャージまたは、Tシャツ・スパッツ等トレーナーは不可）で結構です。
- ◆靴は不要、厚手のソックスをお履きください。

2月18日(火)受付開始

詳しくは体育窓口まで  
お待ちしております！

☎093(651)4600

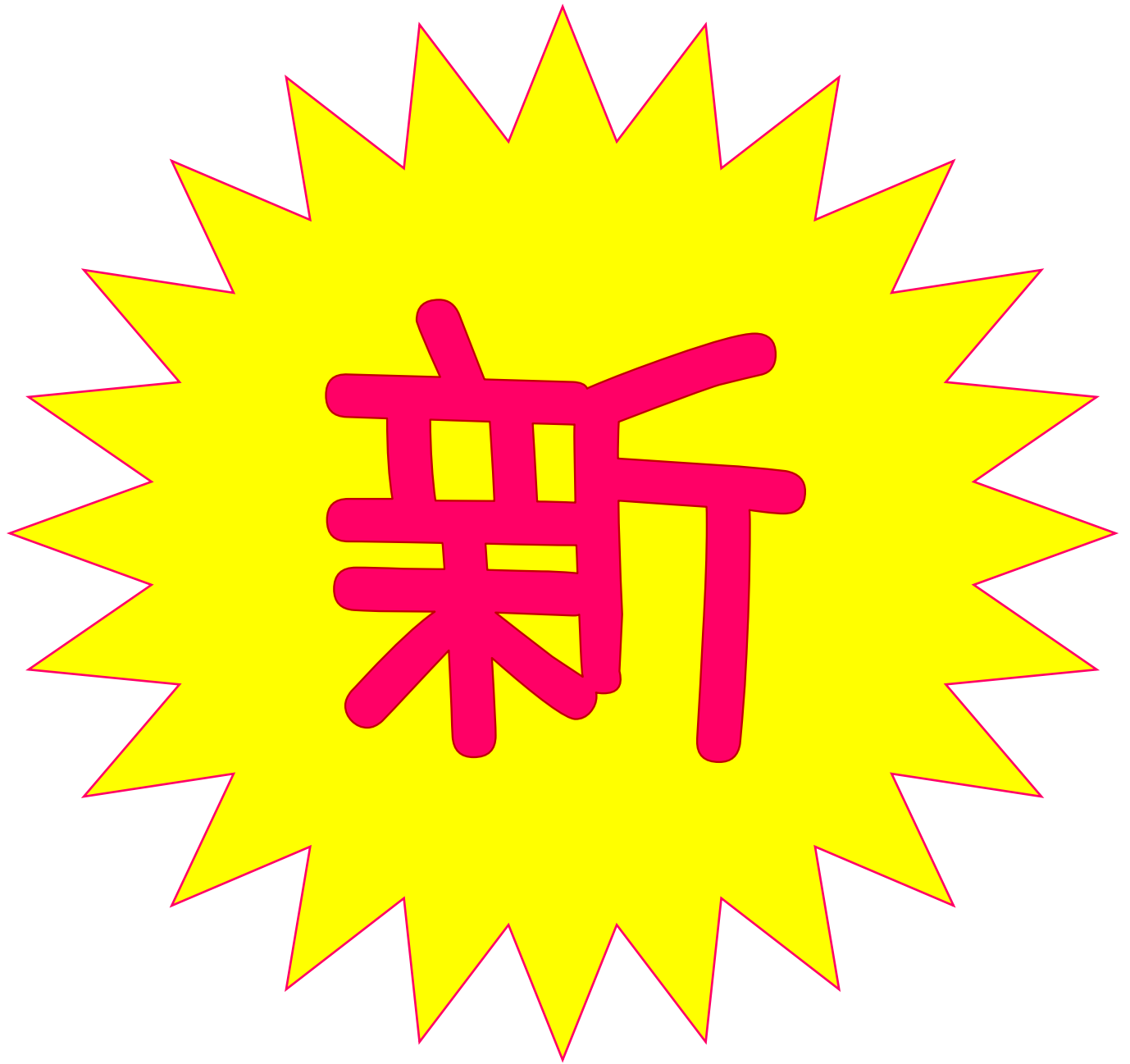
〒803-0835 福岡県北九州市小倉北区井堀 5-1-3  
電話 (093) 651-4600 FAX (093) 651-4610  
ホームページ <https://kitakyushu-palace.com/>  
開館日時:火~日曜日 9~21時 休館日:月曜日、年末年始



福岡県立北九州勤労青少年文化センター

北九州パレス

KITAKYUSHU PALACE



新しく「バレエ」教室が2020年4月から  
始まりります！それに先駆けて「体験教室」を  
それに先駆けて「体験教室」を開講します！