



大人のための

# バレエ



★ 教室

土曜日

18:50~20:50

受講料

6,000 円 全 10 回

(34歳以下の方 5,500 円)



講師：筒井貴子先生

初心者向けのバレエ教室です！

- ♥ 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。



見学できます！

北九州パレスでは、新型コロナウイルス感染予防対策として、検温、マスクの着用、手消毒の実施、また、身体的距離の確保を実施するため、人数制限を行っております。受講人数に制限がございますので予めご了承ください。

〒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



☎093(651)4600



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