

ベリーダンス&ラテンダンスで楽しくリフレッシュ!

お子様と参加OK! どなたでも楽しめます♪



Mabyベリーラテン Rica

Mama & Baby 子育てママを応援します

★第2(土):午前11時~11時50分

★第4(火):午後2時40分~3時30分

¥1300/回 (予約制) 講師:Rica



4月13日(土)	6月8日(土)
4月23日(火)	6月25日(火)
5月11日(土)	★レッスンは予約制です。 当日10時まで受け キャンセルはご連絡ください。
5月28日(火)	



ダンス初めての方でも大丈夫です!

まずはストレッチで体をほぐしたら、ベリー&ラテンダンスの音楽にあわせた、簡単なダンスでリフレッシュ! 骨盤まわりを温め、全身を動かします。ウエストのシェイプアップ、肩こり・腰痛もすっきり♪



ダンススタジオハーモニー

横浜市港南区上大岡西2-1-19

須藤ビル4F

京急上大岡駅から徒歩2分!

045(847)3380

HP:<http://www.dance-harmony.com>

HPこちら↓

