

ママも楽しくきれいに！お子様と参加OK♡

骨盤調整・ダイエットにも♪

マビーベリーラテン

★月2回 予約制 (月): 午前10時30分～11時20分
(木): 午前10時～10時50分

3回 ¥ 3800 1回 ¥ 1400 講師: Rica

7月20日(月)	★月1回コドモレッスン 10時30分～11時30分 8月7日(金) ★レッスンは予約制です。 Line@またはお電話にて承ります。 (前日まで) 当日キャンセル、Okです。
8月3日(月)	
8月20日(木)	
9月7日(月)	
9月17日(木)	

ダンス初めてでも大丈夫♪

ママのみ、プレママ(安定期～1か月前)の参加も、大歓迎です！

♪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、リフレッシュ♪

お子様連れOKのママのダンスエクササイズです(^.^)お友達作りにも！

お友達登録で割引あり！
LINE@こちら↓



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↓

