

◆健康・美容に最適◆

大人のチアダンス

いつまでも、健康的でハツラツと！

TVドラマでも話題の「チアダンス」。実は大人の方にこそ挑戦していただきたいダンスです。

ゆっくりストレッチで身体をほぐして、ポンポンを持たば思わず笑顔がはじけます♪表情筋もUP！

日々のストレス解消！運動不足もさようなら！！

月3回、自分のためのご褒美タイムとして一緒に楽しみましょう！

ダンスが全く初めての方大歓迎です★★



◆レッスン概要◆

◇火曜日 15:30～16:30

◇月謝 8,640 円

◇入会金 8,640 円

(※キャンペーン割引有り！)

◇月3回

◇1レッスン60分

◇グループレッスン

★★無料体験会 開催★★

10月23日・30日

(火) 15:30～16:30

無料体験会のお申し込み、お問い合わせは...

宮地楽器八王子センター TEL 042-626-3611



八王子市八日町 2-17 (八日町一丁目バス停すぐ) <https://www.miyajimusic.com/school/hachioji/>