

堀田彩 パレエ入門クラス

60分クラスではなかなかできないセンターレッスンをメインに短く単純なアンシェヌマン(振り付け)を進めていきます。今さら聞けない。。ということもどしどし質問してください☆

【日時】2010年7月3日(土)

【時間】10:00~11:30(90分)

【対象】初心者

【場所】2ndスタジオ

【料金】1,575円(税込)

【定員】12名

インストラクター 堀田 彩

シェイプアップ痩身パワーヨガ

シェイプアップヨガは難度を上げ、代謝率を上げていきます。痩身効果の高いポーズを連続して行なっていきます。

終わった後は達成感、爽快感があります!!

【日時】2010年7月3日(土)

【時間】17:45~18:45(60分)

【対象】初心者

【場所】2ndスタジオ

【料金】525円(税込)

【定員】20名

インストラクター HIROKO

久家さと子フラメンコ舞踊教室

踊る為の身体作りから本格的なフラメンコ舞踊の振付クラスです。フラメンコは足下から指先まで動かす全身運動なので、身体爽やか、心に精気が満ちて自然に姿勢も美しくなります。

【日時】2010年7月4日(日)

【時間】10:00~11:00(60分)

【対象】初級以上

【場所】2ndスタジオ

【料金】2,625円(税込)

【定員】10名

インストラクター
久家 さと子 高橋 穂 大原 美奈
非会員2,625円(税込)
※別途施設利用料1,570円必要となります。

FIC 有料レッスン

LEGEND OF 2010

produced by FIC

2010年7月4日(日)

WOW'D高槻店 1stスタジオ
16:00 ~ 17:30



岩村 隆太

ワウディ高槻は二度目になります。楽しみながらしっかりと指導させていただきます。



高橋 穂

はじめてのレッスンです。今回ワウディ高槻に来てくれてありがとうございます。ワウディ高槻は、心で感じる楽しさ、喜び、感動を伝える。楽しくて、笑顔でいらしてください。



大原 美奈

ワウディ高槻は、初めてですが、今回はワウディ高槻の仲間と一緒に楽しみたいと思います。

はじめ気分もすっきり!!
さわやかなメンズのさわやかHAPPYエアロをお楽しみください!!

お申込み受付 ▼6/11(金) ~ WOW'D 会員受付開始 ▼6/18(金) ~ ビジター受付開始

◆日 時: 2010年7月4日(日)16:00~17:30

◆お申込み・お問い合わせ: WOW'D 高槻店 ◆参加費: ●WOW'D 高槻店会員 1,050円
●非会員(ビジター) 1,575円
TEL. 072-686-3001 ◆別途施設利用料 1,570円

http://www.flokanet.com/