

9/4
wed



MAMI Ballet & Pilates NEW OPEN!!



「暮らしに溶けこむバレエ、ピラティススタジオ」

身体を動かす大切さ、楽しさを育んでいくスタジオです。

バレエもピラティスも、ハードルが高いと感じられている方が多いように感じますが、どちらも身体を機能的に使える、
実は誰もが知っておくべき感覚を身に付けることが出来るエクササイズです。

子ども達のバレエでは、ピラティスに繋げて、怪我の少ないしなやかな動きを学んで頂けます。



KIDS BALLET
-キッズバレエ-



PILATES & BALLET
-大人ピラティス&バレエ-

Schedule

MON	TUE	WED	THU	FRI
		10:00~11:00 ピラティス	10:00~11:00 ゆっくり ピラティス	10:00~11:00 ピラティス
		11:15~12:15 ゆっくり ピラティス	11:15~12:15 バーピラティス	11:15~12:15 大人バレエ
15:00~15:45 エンジェル	15:00~15:45 エンジェル	14:45~15:45 キッズ1		15:00~15:45 エンジェル
16:00~17:00 キッズ1	16:00~17:00 キッズ1	16:00~17:00 キッズ2		16:00~17:00 キッズ1

Price

入会金 [全クラス共通]	10,000円
エンジェルクラス (年少3歳~年長)	月4回/8,800円
キッズクラス1 (小学1年~小学2年)	月4回/9,900円
キッズクラス2 (小学3年~)	月4回/10,500円
大人 ピラティス&バレエ 月4回会員の方は、お好きなレッスンを受けて頂けます	月4回/8,800円 1回券/3,000円



Access

〒190-0013 東京都立川市富士見町1-3-15
駐輪場有り、近くにコインパーキング有り

中央線立川駅から徒歩約10分
青梅線西立川駅から徒歩約9分
立川駅バス10番乗り場
「富士見町」下車徒歩1分

詳細は
コチラ



ワンコイン体験会開催!!

スタジオ新規オープンのお得なキャンペーンとして、
8/29(木)にワンコイン体験会を開催致します。



<p>ゆっくり ピラティス [初心者 or 60代~]</p>	<p>10:00 ~ 10:30</p>	<p>“ピラティス初心者やシニアの方の為の入門クラス。呼吸の大切さを実感し、ゆっくりすすめます。</p>
<p>ピラティス [大人]</p>	<p>11:00 ~ 11:30</p>	<p>基礎的なピラティスのクラス。筋肉を“使う・伸ばす”をメインに、しなやかな身体作りでスッキリ爽快感を感じられます。</p>
<p>バーピラティス [大人]</p>	<p>12:00 ~ 12:30</p>	<p>バーを使いレッスン曲に合わせたピラティス。バレエ50%、ピラティス50%の、今までに無いクラス。</p>
<p>エンジェル [年少3歳~年長]</p>	<p>14:30 ~ 15:00</p>	<p>初めてバレエをする子ども達の、楽しい気持ちを育てます。遊びを取り入れながら、基礎を積んでいきます。</p>
<p>キッズ1 [小1~2年生]</p>	<p>15:30 ~ 16:00</p>	<p>バレエの基本の流れを学び、基礎を身に付けます。振りを覚えることでテクニックと共に脳の発達もアップ。</p>
<p>キッズ2 [小3年生~]</p>	<p>16:30 ~ 17:00</p>	<p>基礎を学びつつ、1人1人の特性を活かしたウシューズもスタートします。コンクールに挑戦したい子にも。</p>

当日ご入会頂きますと、入会金が50%オフの5,000円となるキャンペーンです。

体験レッスン全クラス **1coin** 500円

当日入会特典!!

入会金半額 **5,000円**
~~10,000円~~

体験会では、通常より短縮した30分レッスンの前後にお話や体調を伺ったり、簡単な説明や私からのご挨拶をさせて頂きたいので、開始15分前にご来店頂けたら幸いです。無理な勧誘も致しませんので初めての方もぜひお気軽にご予約ください♪

\\ご予約はコチラ//

公式LINE

LINEでご希望のクラスを記載の上ご予約頂きましたら、持ち物詳細を返信させていただきます。



東京シティバレエ団、
劇団四季出身の講師による指導



MAMI Ballet & Pilates 代表 **村木 真美**

MAMI Ballet and Pilatesの代表 村木真美は、東京シティバレエ団や劇団四季にて活動しておりました。劇団四季を退団後は、FTPベーシックマツ、FTPマスタートレーナー資格習得しております。プロのバレエダンサーやインストラクターとしての経験をもとに、身体を動かす大切さ、楽しさを育んでいければと思います。

