

★スタジオ教室★体験会のお知らせ★

K-POP & HIPHOP



◎K-POP

インストラクター 若菜

今流行のK-POP！！

ストレッチからダンスに必要な筋トレ、基礎リズムトレーニングをしてから振付に入ります。ゆっくり進めていきますので、初心者の方でも安心してご参加いただけます。

◎HIPHOP

軽くストレッチをした後、ダンスに必要な筋トレをして基礎リズムトレーニング。その後ダンスを覚えて楽しく踊ります♪初心者の方でも覚えやすく

【楽しむ】をテーマにレッスンを進めていきます！

K-POP 5月21日 / **HIPHOP** 14・28日

曜日	時間	対象
火	12:00～12:45	16歳以上

参加費 500円(券売機でお求めください)

※屋内用シューズをご用意下さい