

NEW CLASS Pilates

毎週金曜日

11:00~12:00

ピラティスは、いくつになっても自分の力で
動ける身体を作るために必要なエクササイズです。
体幹を鍛えると共に、キレイな姿勢、
健康的な身体づくりをいっしょにしてみましょう！

.....Profile.....

16歳の時に本格的にダンスに目覚める。
独学でダンスを習得し、20代前半で
a-nationのオープニングダンサーオーディション
に合格。その後、名古屋某ボーカルス쿨の
イベント振付、K-POP イベント、コンテストに
多数出演。コンテストではチームでファイナリスト
に選出される。また Perfume ダンスコンテスト
カバー部門で優勝、日本武道館に立つ。
現在はフリーランスでダンス、さらにスポーツジム
にてピラティスインストラクターとしても活動。

1月12日(金)スタート

12日、19日は会員様も含めて
お試し無料受講できます。
未経験の方も是非
お越しください！

TARO

<< 保有資格 >>

PMA 認定 PHI Pilates Instructor



京都市上京区鏡石町 1-4 ソレイユユニシ 1 階
(智恵光院一条北東角) 駐輪場・駐車場あり
090-6666-1945

info@mocca-dance.com / <http://mocca-dance.com>