

第3弾 「咲かせや咲かせ、あなたの桜」

大人フロア 教室体験



3月 1,210円

■期間■

2026年3月1日(日)～31日(火)
2月25日(水)よりお申し込み開始

■料金■

1名様 各教室 1,210円
入会費・年会費・指定用品無し

■注意事項■

対象のクラスに在籍経験のある方はお申し込みができません。
月途中でのお申し込みも可能です。
体験できるのは2026年3月中のみです。
複数の教室を体験なさる場合は、教室数に応じてお支払いをお願いします。
インターネットからのご入金にはできませんのでご注意ください。

詳細・お申込は
こちら→



Instagramで
紹介動画を
順次公開中！→



@MIDORINPOOL

火曜13:00～13:50

初級ハワイアンフラダンス

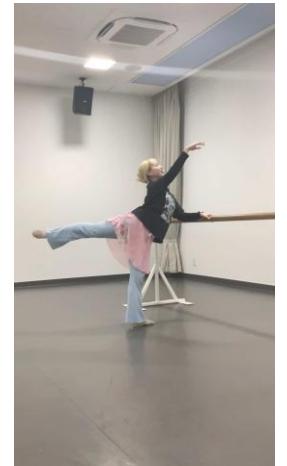
ハワイアンミュージックに合わせて、フラダンスの基礎から楽しく学べるクラスです。無理なく体を動かして、姿勢改善や体づくりを目指します。笑顔いっぱい！初心者の方も安心してご参加ください♪
コーチより「心も体も美しく整えていきましょう♡」



金曜19:00～19:50

大人のゆったりバレエ

綺麗な姿勢を意識し、楽しく踊ることを目標にしています。大人のバレエで“凛”とした美しい自分を表現しましょう。シニア活躍中！優しいコーチがあなたをサポートします。コーチより「年齢は関係無し！楽しく踊りましょう♪」



火曜20:00～20:50

整体ストレッチ

ストレッチにより肩こりや腰痛を改善するクラスです。姿勢の改善・呼吸が深くなる・血行促進により体が温まる・眠りが深くなるなどの効果アリ◎
コーチより「丁寧に無理なく進めていきます。週一回のメンテナンスで体の疲れをリセットしましょう！」



金曜20:00～20:50

ZUMBA®

音楽を楽しみながら踊るフィットネスのクラスです。全身運動で日常の体力が身につきます。初心者でも自分のペースで楽しく踊れば大丈夫◎
コーチより「運動しながらストレス発散しましょう！」

