

**HANA** 先生のレッスンが受けられる!!

# 大人のダンス & エクササイズクラス

## LESSON HANAXILE

【会場】 Studio HANA!

【予約制】 先着 25 名

【時間】 10:30 - 11:30

【参加費】 1,100 円 (税込)

お電話にてご予約受付中!  
**TEL:0466-36-2243**

お問い合わせ受付時間：平日 13:00 ~ 21:00  
担当：大野

### 【基礎&STEP クラス】

体感軸を戻しながら筋トレ含めて体のコンディショニングを中心に 30 分、STEP 中心に基礎30分のベーシッククラス。

日程：5月6日 / 6月3日 基本、毎月第1週目木曜日に開催

### 【エクササイズ&ダンス クラス】

ダンスの要素多く取り入れた振り付けもある60分クラス。

日程：5月20日 / 6月17日 基本、毎月第3週目木曜日に開催

各方面で活動中!!

## HANAXILE レッスン情報

月1回 土曜日

**HANAXILE 川崎**

会場：川崎 Studio SWAG

時間：10:30 - 11:30

参加費：1,100 円 (税込)

イレギュラーで開催

**HANAXILE 逗子**

ダンス & ピラティス

会場：Y' s company( 逗子 )

時間：14:00 - 15:30

参加費：1,500 円 (税込)

### 受講時のお願い

- ・検温 / 手消毒の徹底
- ・マスク着用
- ・受講ガイドラインをご確認ください。  
(QRコードを読み込んで確認できます。)



スケジュールはお問い合わせください★  
お知らせ!!

感染症予防対策に  
ご協力をお願いいたします。

今後は夏/冬と年に2回は **YOGA** や **ピラティス** などと **コラボ企画** も予定! 大人強化練習も思案中です!! お楽しみに!  
またこんなクラスあったらいいな、こんな企画あったらいいななどお気軽にお申し出ください!