

ルトゥール プレス *Retour Press*

5
Vol.

■ 今年も一年ありがとうございました！

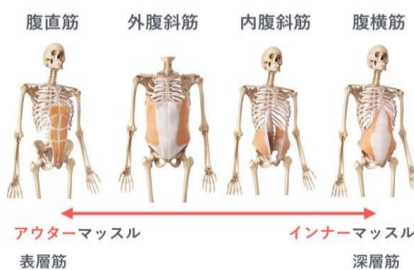


今年も残すところあと少しとなりました。今年も一年ありがとうございました。2020年は、なんとといってもコロナウイルスですよね。混沌としているうちに、気が付けば一年が経ってしまっていたという感じです。マスクをせずに過ごしていた時が、遠い昔のこのようです(笑)

このような状況にも関わらずいらして下さった皆様、本当にありがとうございました。引き続き対策を取りながら過ごしていくことになると思いますが、少しずつ変化を受け入れていけるといいなと思っています。2021年もどうぞよろしく願っています。

12月29日(火)～1月6日(水) は年末年始のためお休みさせていただきます。

■ バレエ上達への近道 体のしくみを学ぼう！



バレエやダンスが上手になりたい。そのためには、体についての知識と意識がどれくらいあるのかということも、とても重要な要素です。そこで、正しい知識と意識を学ぶ解剖学のコースを作ることになりました。基本的には指導者のためのコースになっていますが、興味のある方であれば指導者でなくても受けられます。ダンス経験の有無やレベルは問いません。



整体院Retourにて、マンツーマンで学ぶコースです。日時も頻度も自由。
← 詳細は、こちらのブログからどうぞ。【指導者のための解剖学】

■ 2020年 PBTクラスレッスン

コロナウィルスの影響で4・5・6月がお休みにりましたが、7月からレッスンを再開することができました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



レッスン中は写真を撮るのをいつも忘れてしまうので、最近はレッスン後に今日イチのポーズをカメラ目線をお願いしています。みなさん、とってもGOOD♡

今後のレッスン予定

2020年12月25日(金)
2021年1月29日(金)



整体&トレーニングであなたのカラダをフルサポート

整体院 *Retour*

<http://www.seitai-retour.com>



少人数でしっかり習える大人のバレエ教室

Ballet *Retour*

<http://www.ballet-retour.com>



予約・お問い合わせ

☎ 042-810-8410

✉ info@seitai-retour.com