

ルトール プレス Retour Press

10
Vol.

■ 今年も1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ね。今年も一年ありがとうございました。毎年の事ですが、年末だという実感がまるでありません(笑) あっという間に時が過ぎていってしまった感じがしていますが、皆様はどんな一年だったでしょうか？ 来年の私のテーマは「浄化」。物や思考などの余分なものをそぎ落としていきたいなと思っています。手始めに、押し入れの片づけを始めました(笑)

さて、12月29日(木)～1月4日(水)まで、冬休みとなります。整体院・バレエ教室ともにお休みです。では皆様、よいお年をお迎えくださいませ。

年末年始のお休み
12月29日(木)～1月4日(水)
※ 整体院・バレエ教室ともにお休み

■ ハンドクリームで手の乾燥対策！



【Lavidio(ラヴィド)】ハンドクリーム ¥1,870
シトラス or ムスク&ココナッツ

昔はハンドクリームなんて塗ったことなかったのに、今では必須アイテムになってしまいました。皆さんはどんなハンドクリームを使っていますか？ 最近このハンドクリームがお気に入り。私ほとにかくベタつくのが嫌なのですが、これは本当にベタつかない。でも保湿力はちゃんとあってとても使いやすいです。イスラエルのブランドのもので、なんでもイスラエルは日差しが強く、夏場は日中の温度が50度を超える日もあり、乾燥に負けないための保湿アイテムが最も重要視されているんだそう。厳選されたオーガニック成分を使用した「Lavidio」というブランドのハンドクリームです。ぜひチェックしてみてください！

■ コンサートに出演します！

2023年1月21日(土) 杜のホールはしもとで開催されるアンサンブルコンサートにクラリネットアンサンブル「doux sylphide」で出演します。

第22回 杜のホールはしもと
アンサンブルコンサート

杜のホールはしもと・ホール 2023年1月21日(土)
JR横浜線・京王相模原線橋本駅 北口 ミライ橋本7階

10:00 開場
10:30 開演
入場無料

講師 西村友 先生 (指揮者・作曲家)
小山京子 先生 (クラリネット・奏者)

主催 アンサンブルコンサート実行委員会 共催 公益法人 相模原市長文化財団
企画・運営・お問合せ アンサンブルコンサート実行委員会 鈴木 090-5414-7419

管楽器だけでなく、オカリナや邦楽、folkローレなど色々な演奏が楽しめるコンサートです。入場無料・全席自由。団体間であれば出入り自由です。お時間ありましたらぜひご来場くださいませ。

doux sylphide (クラリネット四重奏)
2023年1月21日(土)
出演時間 14:00頃

■ 演奏してきました！



12月4日(日)はお休みをいただき、磯子にある依存症施設YRCでクラリネットを演奏させていただきました。1時間30分という、私達史上

最も長い演奏時間でしたが、無事に完走。そして昨年同様、今年も宮ヶ瀬の巨大ツリーまで足を伸ばして、クリスマスを堪能してきました。



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