

MAISON DE BALLET Minami-Aoyama (メゾン・ドゥ・バレエ南青山)

お 子 様 連 れ 参 加 可 能 ク ラ ス

Mama with Baby Class

「子供が小さくて自分のために身体を動かす時間が取れない…😞」
「出産前はバレエをやっていたけど、子供を預けるのも心配でなかなか復帰できない😞」
「せっかくなら、子供と一緒にバレエに触れてみたい！！😊」



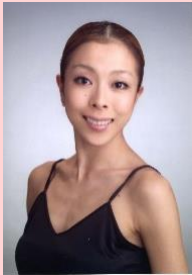
・・・とお考えのママとお子様のために、
お子様連れで参加できるバレエのクラスを開催いたします。

担当講師は、出産・子育てを経てなお牧阿佐美バレエ団の
ソリストとして活躍し続けた小橋美矢子先生。

時には子育ての悩みを交換しながら、安全で開放的な空間で
お母様ご自身が心地よい動きを通じてストレスを解消され、またお子様も
本物のバレエに触れるきっかけとなるような経験をしてみませんか？

バレエ経験の有無にかかわらず、どなたでもご参加いただけます。

♡ ママとお子様のココロとカラダを満たす素晴らしい時間になりますように ♡

開催日時	原則毎月第2金曜日* 10:00-11:00 (60分) (スタジオ開館 9:30) * 月により異なる場合がございます。詳細は当スタジオWeb サイトをご覧ください、事務局までお問合せください。	
対 象	✳ 0 歳～幼児期 (目安: 幼稚園入園前まで) のお子様をお連れのお母様 (お母様以外の保護者のご参加も可能です。男性が参加される場合は事前に事務局にご相談ください) ✳ お母様のみ、またはマタニティの方 (医師の承諾を得ていただくことを条件とします) の参加も可 ✳ お母様やお子様のバレエ経験の有無は問いません	
レッスン 内 容	産後リカバリーにも効果的なストレッチからバー・レッスンを中心としたワークを行っていきます。お子様を抱っこして、または目の届く安全な場所にいるのを見届けながら、お母様ご自身が心身を解放して動いていただくことができます。レッスン中のお子様の安全は見守りスタッフがサポートいたしますが、お子様が参加できそうな場合は是非一緒に。他のお子様とのコミュニケーションを学べる場にもなるでしょう。 (クラスの内容・時間配分については、当日の参加状況やお子様の状態によっても異なる場合がございます)	
講 師	小橋 美矢子 先生 (牧阿佐美バレエ団) ～ 講 師 よ り ～ 私自身が女の子を出産後、バレエへの復帰にとっても苦労しました。ママの抱える悩みやストレスが少しでも軽くなるよう、バレエを通じて心身健やかに楽しく子育てライフ送るお手伝いをさせていただければと思っています！	
受講料 (外 税)	2,500 円(会員様・ビジター様共通) * 複数のお子様をお連れになる場合、お 1 人あたり追加 1,000 円(外税)を申し受けます。	
持ち物	動きやすい服装、バレエシューズ、タオル、お飲み物、お子様のお着替え、おもちゃ、おやつなど	
ご予約・ キャンセル	✳ ご予約制とさせていただきますので、ご来館時、お電話(03-6418-4437)または Web サイト予約をご利用ください ✳ 恐れ入りますが前日 17 時以降のキャンセルにつきましては受講料 100 パーセントのキャンセルチャージを申し受けます ✳ 前日時点でのご予約数が 2 組以下の場合は不開催とさせていただく場合がございます (申込済みの方には個別にご連絡を差し上げます)	
留意事項	✳ 表参道駅の最寄り出口 (A4 出口および A5 出口) は、地上までのアプローチが階段のみとなっております。B4 出口 (みずば銀行前) および B3 出口 (青山学院方面) にエスカレーターまたはエレベーターがございますので、電車でお越しの方でベビーカーをご利用の場合はこちらをお使いください。 スタジオ外階段のベビーカー上げ下ろしはスタッフがお手伝いさせていただきます。 ✳ お子様の状況によってはお母さまにレッスンを中断していただく場合があります。 ✳ ご希望の方には、ご自宅でのベビーシッターサービスのお得な法人会員制度をご紹介します	

ご来館を心よりお待ちしております。

MAISON DE BALLET Minami-Aoyama (メゾン・ドゥ・バレエ南青山)

住所: 〒107-0062 東京都港区南青山 4-25-12 OXY HORIBE ビル B1

URL: <http://mbma.jp/> TEL: 03-6418-4437 Email: contact@mbma.jp



MAISON DE BALLET Minami-Aoyama

SVN20191120007