

●バレエピラティスdeスタイルリセット

グループレッスン90分 月・火曜日、パーソナル70分+カウンセリング20分

姿勢改善から柔軟性アップ、姿勢を維持するためのインナーマッスルを鍛え、肩こり腰痛・尿漏れ改善まで、ゆっくりじっくりペースで整えます。

●バレエピラティスdeシェイプUP

グループレッスン90分 水・金曜日、パーソナル70分+カウンセリング20分

スタイルリセットの内容を踏まえ、更に代謝アップと脂肪燃焼を目指して、バレエ風にたくさん動きながら、エレガントに「美姿勢ママ」へ整えていきます。

●マタニティ&産後バレエ

パーソナル70分～80分 火・水・金曜日のパーソナル枠で応相談

幸せに満ち溢れた出産を迎えられるカラダ作り、スムーズな産後の体型戻しをバレエを通して整えます。

(一般的なフルレッスンは致しません)

●ほっそり美脚整体

整体+姿勢アドバイス+カウンセリング90分 月・火・水・金曜日のパーソナル枠で応相談

ほっそり美脚も桃尻も手に入れる！脳から体感ふわとろデトックスしていく、中山によるオールハンドトリートメント

～ おうちサロン来店時の料金表 ～

レッスン内容	回数	通常料金	子連れレッスン料金	備考
子連れの場合の保育料	1回	¥1,000+税		全クラス共通
パーソナルレッスン	体験初回のみ	¥6,000+税	¥7,000+税	都度払い利用
バレエピラティス or 美脚整体より選択 (継続チケットは、ご家族 シェア利用OK♪)	チケット1回	¥10,000+税	¥11,000+税	都度払い利用
	継続チケット3回	¥27,000+税	¥30,000+税	有効期限5ヶ月
	継続チケット5回	¥40,000+税	¥45,000+税	
	継続チケット10回	¥70,000+税	¥77,000+税	
セミプライベートレッスン	チケット1回2人de	¥15,000+税	¥17,000+税	都度払い利用
マタニティ&産後バレエ パーソナルレッスン	チケット1回	¥7,500+税	¥8,500+税	都度払い利用
	継続チケット3回	¥21,000+税	¥24,000+税	有効期限 産後から5ヶ月
グループレッスン バレエピラティス	*グループレッスン参加には、パーソナル体験初回レッスンを受けてからとなります。			
	チケット1回	¥4,500+税	¥5,500+税	都度払い利用
	継続チケット3回	¥10,500+税	¥13,500+税	有効期限5ヶ月
	月謝2回	¥6,500+税	¥8,500+税	振替3ヶ月以内
	月謝3回	¥9,000+税	¥12,000+税	振替3ヶ月以内
	月謝の同月追加1回	¥2,900+税	¥3,900+税	同月以内の追加レッスン
グループ継続利用に加えて パーソナルも受講する場合	1回	¥7,000+税	¥8,000+税	一律の特別料金