

## ●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 火曜日、パーソナル80分+カウンセリング20分 パーソナル枠

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 木曜日、パーソナル80分+カウンセリング20分 パーソナル枠

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 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)

## ●美脚整体&小顔整体 \*料金表は別ファイル参照

### 整体+姿勢アドバイス+カウンセリング約90分 パーソナル枠で応相談

## ～ 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 バレエピラティス or 美脚整体より選択OK (所要時間1回約100分) 姿勢診断・カウンセリング・ レッスン・アフターフォロー ティータイム含む	体験初回のみ	¥6,000+税	¥7,000+税	都度払い利用
	チケット1回	¥9,000+税	¥10,000+税	都度払い利用
	継続チケット3回	¥25,500+税	¥28,500+税	有効期限5ヶ月
	継続チケット5回	¥40,000+税	¥45,000+税	
セミプライベートレッスン (所要時間1回約90分)	体験初回のみ2人de	¥9,000+税	¥11,000+税	都度払い利用
	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 (所要時間1回約90分)	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 (所要時間1回約90分)	*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90分	¥8,000+税	¥9,000+税	一律の特別料金
	1回60分	¥5,500+税	¥6,500+税	一律の特別料金