

Port De Bras® についてお話しします

～コンセプトは“立って動くピラティス”～
美しくエレガント、バランスの取れた誰もが出来る振り付けを
ゆっくりとした動きのリズムでおこないます
ダンス、バレエ、姿勢のトレーニング、筋力、柔軟性・・・
これらの全てが凝縮された
身体のコントロール機能向上のための心地よさ満点の
ダンス系コンディショニングプログラムです

Port De Bras® を体験してみませんか？

～もっとたくさんの人にポル・ド・ブラを体験してもらいたい～
この気持ちを形にしようと
この度、大阪で体験会を開催することになりました

ダンスやバレエの経験もないし・・・
認定をとるか迷っている・・・
受けてみたいけどまだクラブに導入されていない・・・

安心してご参加ください
そんな皆様のための体験会です

Port De Bras® 体験会のご案内

～日 時～

4月17日（土）

開場 10：00～ 体験会 10：30～11：30

～会 場～

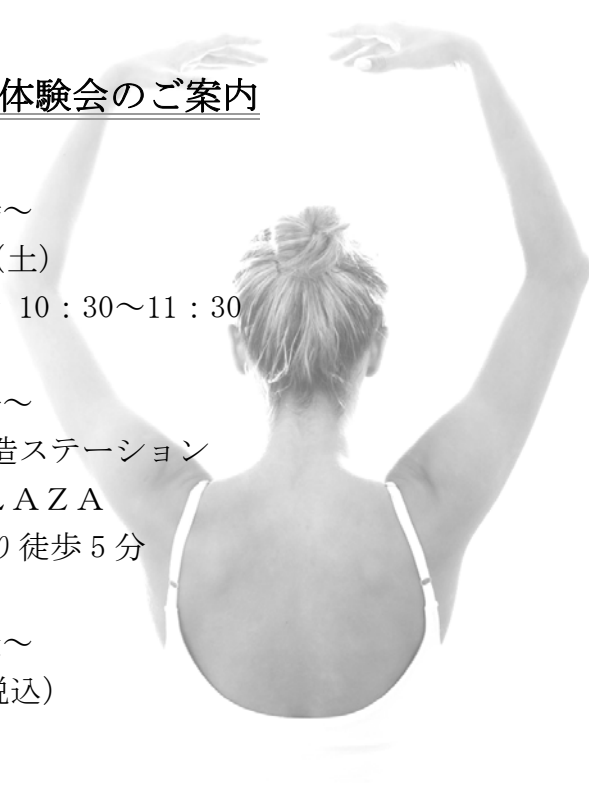
大阪市青少年文化創造ステーション

KOKO PLAZA

JR新大阪駅より徒歩5分

～料 金～

¥2,000（税込）



講師紹介

プログラム制作者 *Julio Papi* (フリオ・パピ)



もっとも影響力のあるスペイン人プレゼンターとして世界 25 カ国以上で指導してきました。マドリードにあるフィジカル・エデュケーション・ナショナルインスティテュート・オブ・マドリードにて体育学を修め AFAA、FISAF 認定のほか、ジャイロトニック®トレーナーでもありマイケル・キング・インスティテュートよりピラティスの資格を受けています。1998 年以来、イタリアン・フィットネス・フェデレーション (FIF) のスタッフディレクターを務めており、イタリアにおいて教育プログラムやコンベンションをつくりあげています。その並外れた教育的バックグラウンドのために、国内外のフィットネス団体から定期的に招聘されています。

マスタートレーナー 竹ヶ原 佳苗 (たけがはら かなえ)



1994～1995 年、バンクーバーの Fitness world にてエアロビクスインストラクターとして活動。帰国後は、アスリエのスーパーバイザーとしてレッスンや養成コースを担当し、新規プログラムの開発にも携わる。2003 年、カリフォルニア州アナハイムで開催された IDEA 2003 でプレゼンターを勤め、これを機に世界各国のコンベンションから招待を受け、プレゼンターを勤めるようになる。

Port De Bras®体験会へのお申込み方法

①株式会社文教センターまでお電話をお願いします

TEL 03 (5521) 5931

平日 10:00～17:00 土日祝日はお休みです

②参加料金のお振込をお願いします

③4 月上旬に受講票をお届けいたします

当日は受講票をお持ちの上、ご来場ください

④領収書ご希望の方は当日会場にてお渡しします