

WORKSHOP



Miho Ballet Arts

1泊2日 or 2泊3日での短期集中型バレエレッスン

大人 バレエ 合宿

in 山梨県北杜市清里

<2025年11月23日～11月25日 開催決定>

バレエが好きな大人の方ならどなたでもご参加OK

バレエ経験が浅い方もしっかりとサポートします！



定員：20名様 先着順

公式WEBサイトにて
無料相談・お申し込み受付中！

ABOUT work shop in KIYOSATO

今年で7回目を迎える
「大人バレエ合宿 in 清里 2025」開催決定！

上野水香さんや小野絢子さんなど、著名なバレリーナたちも
清里バレエフィールド期間中
レッスンやリハーサルを行う特別なスタジオで、
森の澄んだ空気と、広々とした空間に身をゆだねながら、
バレエに没頭する、特別な3日間を。

「年齢を問わず、バレエを思いきり楽しみたい！」
そんな大人のための、特別なバレエ合宿です。

おすすめポイント

- ✓ ポイント制で、**自由に組めるオーダーメイド合宿**
- ✓ **初心者～経験者**まで安心して参加できるレッスン内容
- ✓ **講師2名体制**でバレエ経験が浅い方も、しっかりサポート

一人ひとりに寄り添う、経験豊富な講師陣がサポートします

バレエ合宿 講師紹介



Miho Ballet Arts主宰
望月 美帆

バレエシャンブルウエスト在団中はソリストとして活躍。
退団後はピラティス資格を取得し、子どもから大人までの指導にあたる。
2014年にミホバレエアーツ町田、2023年にミホバレエアーツ下高井戸でバレエ教室を開講。

ゲスト講師

畠 莉世菜

3歳からバレエを始め、2010年にバレエシャンブルウエスト入団。
学校公演や文化庁・協会主催の舞台、テレビ・CMなどに多数出演。
退団後は、バレエ・バーオソル・ストレッチ講師として活動。現在はベネッセ監修のオンライン講師も務めている。



SCHEDULE

DAY 1



2025年11月23日

バレエ合宿スケジュールを少しだけご紹介！

ポイント制で、自分だけのバレエ合宿がつくれる
レベルや体力に合わせて自由にレッスンをカスタマイズ

新宿駅 7:00 発／八王子駅 7:30 発→ 清里駅 9:42 着予定

～到着後、宿舎へチェックイン～

現地集合・各自ホテル手配でもOK！

10:45~ オリエンテーション



11:00~11:45 バーオソル

12:00~13:15 ベーシッククラス

13:30~14:15 トウシューズクラス

14:30~15:45 バレエ入門

16:00~17:15 ヴァリエーション（初級）

17:30~18:45 ヴァリエーション（中上級）

18:45~19:15 スタジオ自由使用＆バレエお悩み相談会

スケジュール詳細・料金・お申込みは“公式WEB”へ

参加者様の声

VOICE work shop in KIYOSATO

バレエ合宿後、バレエレッスンでも、
ジャズレッスンでも、取り組み方が進化したと
自分でも感じます。年齢のせいにせずに、
今できる事を頑張ろうと、気持ちが強くなった気がします。

こんなに身体を動かせる合宿は他にありません。

毎年楽しみです。

終わった後の皆さんとの交流も楽しみの一つ。

今年も、もちろん参加します！

広々としたスタジオ、清里の美味しい空気、風景の
良い環境の中で日常とは違う気分でレッスン出来て
幸福な気持ちになります。



Join us and have fun!

「ちょっと気になるけど…」「私にもできるかな？」
そんな方のために、オンライン無料相談をご用意しています。

バレエ合宿 無料相談受付中！

1泊2日 or 2泊3日での短期集中型バレエレッスン

大人 バレエ 合宿

in 山梨県北杜市清里

詳細・料金・お申込み/無料相談は“公式WEB”へ