

大変お待たせいたしました！！BalletoneのDVD・CD販売がスタートいたしました！  
DVDはSoleSynthesis用、StandingFlow用があります。各2種類ご用意しております。  
CDについてはBalletone専用ということもあり、インストロメンタルのCD（歌なし）となっております。  
Balletone vol.シリーズから、Final Cutsシリーズを展開しています。  
集中力もアップし、Balletoneならではの楽曲で楽しいレッスンを提供できること間違いなしです！  
もちろんBalletoneだけではなくその他のレッスンでも使用することが可能です。

各DVD、CDの詳細は下記をご確認下さい。申込書は別紙をご参照下さい。  
DVDはすべて英語です。通訳は入っておりません。  
日本語DVDは3月26日、(株)角川SSCより「バレトン・メソッド」ムック本で出版されます。

## DVD 「Sole Synthesis」2種類

・Balletone Sole Synthesis DVD ¥7,350 (約42分) <w-up~c-downまで1レッスンの流れが確認できます。>

これはフィットネス、バレエ、ヨガの要素を組み合わせたトータル的な筋コン&カーディオ・プログラムです。バレトンの教授方法とプログラムの発展のさせ方を学びますが、これがインストラクター・トレーニングの基礎となるものです。1クラスの流れを確認することができます。

(DVDの流れ) W-UP セグメント セグメント セグメント UpperBodyシークエンス COOL DOWN



・Balletone Snippets DVD ¥7,350 (約60分) <フィットネス・バレエ・ヨガのそれぞれのシークエンスの紹介です。>

バレトンのインストラクターを取得された方には、クラス構成をするためのパリエーションとして参考になるDVDとなっております。3つのそれぞれのシークエンスが9ブロック紹介されてます！シークエンスを考える際に、行き詰まってしまう方は是非ご参考ください。

(DVDの流れ) セグメント ~ 、パレエボーナストラック



## DVD 「Standing Flow」2種類

・Balletone Beyond Balletone DVD ¥8,400 (約60分) <バレエワーク・コンディショニングの紹介>

バレトン・スタンディングフローの動きを学ぶことができます。バレエの要素が強く、1クラスの流れを確認することができます。

(DVDの流れ) W-UP Barre Work(1~4) ポーナストラック Allegre Section COOL DOWN



・Balletone The Dancer s Workout for everyBODY! DVD ¥8,400 (約45分)

<w-up~c-downまで流れを確認できます。更に!ボーナストラックとして、フロアコンディショニング付 15分>

バレトン・スタンディングフローの動きを学ぶことができます。バレエの要素が強く、最後にはフロアコンディショニングもついてます。

(DVDの流れ) W-UP Standing Ballet Work フロアコンディショニング



## CD 6種類

このシリーズは比較的シンプルな曲調。Vol.3が一番大人気！

・Balletone Vol.1 Vol.2 Vol.3 各¥4,830



このシリーズは比較的強さを感じる曲調。Vol.4が一番人気！ (Vol.6も発売予定あり！！)

・Final Cuts Vol.3 Vol.4 vol.5 各¥4,830



