なまえ

大野（おおの）　素子（もとこ）

分類番号	999
分類番号	913
分類番号	

講座内容

ヨガ、エアロビクス、ストレッチ、チェアエクササイズ、ステップ、青竹ふみ　他

No image

開講できる日、時間帯

平日休日共に可。終日可。

指導料	材料費
1時間：3,000円～ （種目による）	なし

実績、資格

・学校法人、各種企業、福祉・児童施設、スポーツクラブなど。 ・国際救命救急（ＣＰＲ+ＡＥＤ） ・ヨガ（ＹＯＧＧＹ） （ヨガ各種、アドバンス、チェア、シニア、マタニティ・リカバリー、キッズ、ベビー）

受講生のみなさんへ

参加者の方々に合わせて運動を行います。 身体を動かすことを楽しみ、継続することの大切さをお伝えします。

備考