

氏 名	やました じゅんじ		
	山下 純司		
分 野	スポーツ・レクリエーション		
指導内容	◎筋トレ指導、ストレッチ指導 ◎ヨガ、ピラティス指導 ◎肩こり、腰痛、膝痛改善レッスン、講話		
費 用	派遣費用：2,000円	指導料：3,000円程度	材料代等：500円程度
対 象	40代～70代		
指導可能団体	老人会、公民館		
指導可能人数	5～15名		
活動日時	要相談		
地 域	市内全域		
所有資格	健康運動実践指導者		
指導歴や活動歴	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツクラブスタジオレッスン、ヨガ、ピラティス 6～10年 ・八女市介護予防教室 ・個人トレーニング指導 6年間 		
自己PR	ただ単に運動をしても、中々効果を感じにくいと思います。 私はきちんと効果の出る、目的のある指導を心掛けています ので、よろしく願いいたします。		