

氏 名	ま き					
	MAKI					
分 野	スポーツ・レクリエーション					
指導内容	◎瞑想を深めるヨガ      ◎お腹引き締めエクササイズ ◎アロマを香るヨガ      ◎シェイプアップエクササイズ ◎リンパを流すヨガ					
費 用	派遣費用	2,000円	指導料	2,000円程度	材料代等	不要
対 象	市民全般					
指導可能団体	学校、PTA、子ども会、老人会、公民館、育児サークル					
指導可能人数	～40名					
活動日時	要相談					
地 域	市内全域+その他（県南幅広く可能）					
所有資格	NATICエアロビクスインストラクター養成課程修了 リンパケアセラピスト養成課程修了 アロマセラピーアドバイザー資格取得 NATICヨガインストラクター養成課程修了 産前、産後のママと赤ちゃんのためのヨガ 指導者 シニアヨガ指導者、アナトミック骨盤ヨガ® 指導者 ヨガ解剖学指導者 資格取得					
指導歴や活動歴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2004年からインストラクター活動開始。</li> <li>・久留米、筑後、八女、佐賀などのスポーツクラブで活動中。</li> <li>・やまと競衆学校 現役選手定期訓練講師指導歴有。</li> <li>・「サザンクス筑後」「JSSちくごスイミングスクール」「アクアススポーツクラブ」などでも指導中。</li> </ul>					
自己PR	お一人お一人の状態に合わせて、ゆっくりとレッスンしていきます。呼吸で心をととのえながら、体もいたわっていきましょう。					