

# 講師(指導者)情報

74

ふりがな	やまもと みつ				
氏名	山本 ミツ		女	年齢	70 歳台
資格・経歴等	パドルジャークス体操協会講師(ストレッチ体操)				
指導・実演等の内容	具体的内容	体ほぐし、ストレッチ、ダンス、手話、脳トレーニング、ゲーム、その他			
	所要時間	1時間30分			
	必要経費	材料費など 不要 交通費など 応相談			
	実施場所	コミュニティセンターの多目的室、体育館のような広い場所			
対象性別	男女とも可				
対象年齢	小・中学生、高校・大学生、一般、60歳以上 ※子供から高齢者まで				
指導可能曜日・時間帯	応相談				
<p>(メッセージ・PR)</p> <p>“寝たきりをつくらない”をモットーに子どもから高齢者まで、年齢に合わせてできる楽しい体操です。体験(無料)もありますので、お気軽に見学にいらしてください。</p>					