

講師(指導者)情報

ふりがな	いとい ゆうこ				
氏 名	糸井 優子		女	年齢	60 歳台
資格・経歴 等	日本こどもフィットネス協会認定、日本マタニティフィットネス協会認定、元産婦人科勤務、健康運動指導士、保育士、幼稚園教諭、日本体育協会公認指導員、日本エアロビック連盟公認指導員、産後ケアトレーナー、プロティアジャパン各種トレーナー、幼児教育科講師・産後ケア指導士				
指導・実演等 の内容	具体的内容	①マタニティのクラス②ベビーとママ③よちよちちゃんとママ④親子のクラス⑤大会出場クラス⑥骨盤矯正クラス⑦脂肪燃焼クラス⑧アクアビクス⑨ヒップホップ入門等⑩骨盤ケア・体幹アライメントパーソナルトレーニング			
	所 要 時 間	1 時間～2 時間			
	必 要 経 費	材料費など 利用分 交通費など 応相談			
	実 施 場 所	体育館、公民館、病院、スタジオ、サロン			
対象性別	男女とも可				
対象年齢	特になし（マタニティ、ベビー、親子が専門）				
指導可能曜日・ 時間帯	応相談				
(メッセージ・PR)					
楽しく身体を動かして、心身の健康・心からの笑顔を目指しましょう♪					