

講師情報

No. 48

R7.10.6 現在

指導者	団体	ふりがな		ふりがな	
		団体名		代表者名	
	個人	ふりがな	きくち ちはる		性別
		氏名	菊地 千春		女
		生年月日	50代		※年代のみ公開
住所		〒302-0110 守谷市百合ヶ丘			※番地は非公開
連絡方法・連絡先		自宅電話番号			非公開
		携帯電話番号			非公開
		FAX番号			
		メールアドレス	kchihappy555@gmail.com		公開
所属団体					
指導内容		ストレッチポール、ご自宅で飾りものになっていませんか。 背骨を整える「ストレッチポール」と、骨盤底筋群に働きかける「ひめトレ」の正しい使い方を学びながら、シニア世代の体の不調や衰えを整える内容を全8回のコースでご提供します。 他のスポーツのパフォーマンス向上にも効果的です。 ご近所さんやお仲間と一緒に、健康づくりのきっかけにいかがでしょうか。 お気軽にお問い合わせください。			※公開
経験・資格等		健康運動指導士 一般社団法人日本コアコンディショニング協会(JCCA) ・アドバンストレーナー ・シニアスペシャリスト 日本スポーツ協会公認水泳指導員			
指導可能な曜日、時間		応相談			
対象者		成人、高齢者			
活動に係る経費		謝費(1回1,000円)			