

市民教授 個人票

No. H24

子育てママの心と身体のメンテナンス		渡邊 真里恵 (わたなべまりえ)			ゲストティーチャー	
住所	316-0037 茨城県 日立市鮎川町			生年	1986	女
TEL	090-6346-3894	Fax		E-mail	rurema612@gmail.com	
謝礼	相談					
指導場所	体育館・交流センター・レンタルスペースなど		指導方法	実技 簡単なボディーワークやセルフケアで身体を暖め軸を作り心と身体を整えます。 ママが自分自身を大切にすることは家族を大切にすることに繋がります。 ママの為の癒しの時間を提供。		
曜日時間	相談					
自己PR	簡単なボディワークやセルフケアで身体をゆるめ、軸を作り、心と身体のバランスを整えます。					
	ママが自分自身を大切にすることは、家庭を大切にすることにつながります。					
	ママのための癒しの時間を提供します。					
指導中の自主グループ	グループ名	指導場所	会員数	ゲストティーチャー歴		
	セルフケア	さくらアリーナ	20	せいじ園、みやた認定こども園		
	メンテナンス	オンライン	10			
ここ1年~2年間の指導歴	講座名	開催場所	実施回数	参加者数	備考	
	ママのためのセルフケア	自宅	1	36		
	セルフ整体講座	宮田認定こども園	2	8		
	セルフ整体講座	オンライン	5	20		
	心と身体のケア	日立第一高等学校	1	30		
					その他 件	
表彰歴・資格	体軸セラピスト、体軸スポーツトレーナー、ヨガインストラクター、ピラティスインストラクター マタニティヨガインストラクター、日本体育協会認定指導員					
講座のレベル	○	初級(その分野を初めて経験する人を対象)	SNS(フェイスブック、ツイッターなど)のURL			
		中級(簡単な指導でやっていける程度の人を対象)	http://ameblo.jp/mariwatanabe/			
		上級(講師を目指す人を対象)	-----			
指導風景・作品写真						
講座企画者への連絡						