

市民教授 個人票

No. H44

親子で楽しむ身体づくり 高橋 美紀 (たかはしみき) ゲストティーチャー

住所 316-0023 茨城県 常陸太田市 亀作 生年 1984 女

TEL 080-7968-5055 Fax E-mail 696doll@live.jp 謝礼 無料

指導場所	交流センター、公共施設、その他相談	指導方法	実技・講座・講話 子どもの年齢に合わせて親子で一緒にストレッチやヨガのポーズを行ってゆきます。スキンシップをとりながら、お互いに身体を見直すきっかけになるよう心がけております。
曜日時間	相談		

自己PR
日本女子体育大学を卒業のち、テレビや映画の振り付け・ダンサーとして活躍し、現在は赤ちゃんからシニアまで受講者レベルに合わせた身体づくりのクラスを開催。
未就学児/小学生/中学生と子どもの年齢に合わせて指導をしていきますので親子のスキンシップにぜひ。

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

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
	はじめてのヨガ	生品中学校/群馬県太田市	1	22	
	親子ヨガ	椿森集会所/群馬県太田市	1	13	
					その他__件

表彰歴・資格

講座のレベル	○	1: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
	○	2:中級(簡単な指導でやっていける程度の人を対象)	
		3: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

①1回の講座は通常1時間半です。
②ヨガマットは各自でご用意いただきます。数枚でしたらマットの貸し出しできます(大判バスタオルでも代用可)