

土岐市生涯学習指導者バンク登録者

登録 No15

指導分野	健康・スポーツ・レクリエーション（エクササイズ）
ふりがな	たかはし ひろかず
氏 名	高橋 宏和
生 年	昭和 52 年
住 所	名古屋市守山区中志段味南原 2675-1
電話番号	052-736-4015
メールアドレス	bodystoic.nagoya@gmail.com
ホームページ	http://bodystoic-nagoya.com
所属団体	合同会社 JAM
経験	競輪選手 18 年
活動歴	パーソナルトレーナー 7 年、インストラクター養成講師 6 年
資格免許等	CSC パーソナルトレーナー
講師料／材料費等	講師料・材料代：要相談
講座 1 回当たりの 所要時間	1～1 時間 30 分
指導内容	元プロアスリートの経験と人間本来の動きを科学したメソッドで、効果的なトレーニングを提供します。
P R	プロアスリートでの競技経験で培った実践知識と、インストラクター養成講師としての指導経験を活かし、生きている人間の動体に基づいたトレーニングを提供します。身体の自然な動きを活かし、健康増進やパフォーマンス向上を目指す方におすすめです。初心者から上級者までご参加いただけます。
指導可能地域	市内全域
指導可能日・ 時間帯	曜日・時間帯要相談
対象者	特定しない

