

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	
生年月日	昭和 52 年	
住所	名古屋市守山区上志段味東谷 2083-1	
電話番号	090-7310-7655	
FAX 番号	052-736-4015	
メールアドレス	bodystoic.nagoya@gmail.com	
ホームページ	<a href="http://bodystoic-nagoya.com">http://bodystoic-nagoya.com</a>	
所属団体	合同会社 JAM	
活動歴	パーソナルトレーナー 3年、パーソナルトレーナー養成スクール JAM	
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	元プロアスリートとしての経験を活かし、一人ひとりに合った機能的な身体の使い方をレクチャーします。	
P R	18年間プロアスリートとして過ごしてきて、一切の故障なく続けてこられたのは、効率よく無駄のない身体の使い方をしてきたということです。無駄な力みのない自然美を手に入れましょう。	
指導可能地域	全市	
指導可能日・ 時間帯	曜日・時間帯要相談	
対象者	特定しない	