

土岐市生涯学習指導者バンク登録者

登録 No24

指導分野	健康・スポーツ・レクリエーション
ふりがな	はやし さおり
氏 名	林 早織
生 年	平成元年
メールアドレス	saoyoga@gmail.com
活動歴	多治見市、美濃加茂市にて市民企画講座の講師 スポーツジム、ヨガスタジオにてレッスンを担当
講師料／材料費等	講師料：講座 1 回あたり 5,000 円
講座 1 回当たりの 所要時間	講座 1 回当たり 1 ～ 1.5 時間
指導内容	身体の硬さに関係なく誰でもできるヨガを行います。身体の仕組みを解説しながら丁寧に全身を動かします。
P R	定期ヨガサークルやイベントの単発レッスンなどお気軽にご相談ください。ゆったりと動くリラックスヨガから動きの多いパワーヨガまで幅広くレッスン可能です。
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	成人