

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	にわ えみ
氏名	丹羽 恵美
生年月日	昭和 50 年
住所	春日井市
電話番号	090-1285-0263
FAX	0568-70-2077
活動歴	エアロビクス・介護予防体操・ピラティス・フィットネスインストラクター フィットネスインストラクター歴 24 年
資格免許等	エアロビクス・チェアインストラクター・PHI ピラティス・健康運動指導士
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	いつまでも若々しくて笑顔で好きな趣味や運動を楽しく続けていきたい方々に向けて、体幹を整えたり呼吸を整えたりする運動を指導します。
P R	常に笑いがたえないレッスンを目指し、実際に「楽しくて面白い」という感想をよく頂きます。ただ単純に汗をかく、動くだけでなく、「なぜこんな体の仕組みなのだろう」「なぜ痛みが出るのだろう」を運動しながら講話をまじえて教えていきます。
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

