

5、スポーツ・レクリエーション

健康スポーツ【1】

フリガナ	アオヤマ ナオミ	性別	女性
氏名	青山 奈穂美	生年	昭和45年
指導内容	年齢を問わず、自分の体調に合わせたヨーガのポーズを行っていきます。初心者でも出来ることから指導していきます。		
免許・資格	ヨーガインストラクター		
指導対象者	児童・生徒、青年、壮年、高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	話し合いに応ず		

健康スポーツ【2】

フリガナ	コバヤシ ヤスエ	性別	女性
氏名	小林 裕江	生年	昭和37年
指導内容	ヨーガのポーズを行いながら、ストレッチ・整体を行い、心身のストレスを和らげ、身体のゆがみを直し、病気の予防をしていきます。「ゆっくりとした動作」と「深い呼吸法」で、年齢を超えて、誰にでも出来るポーズから指導します。		
免許・資格	ヨーガ研究家 ヨーガ歴22年		
指導対象者	児童・生徒、青年、壮年、高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	話し合いに応ず		
備考	健康増進の為にどうぞ。		

健康スポーツ【3】

フリガナ	シン ヨシハル	性別	男性
氏名	秦 美治	生年	昭和28年
指導内容	和太鼓の基本的な打ち方を指導します。みんなで打つことで和太鼓の楽しさを体感できます。全身を使って打ち込むことで、ストレス解消、シェイプアップ、健康増進だけでなく、認知症予防にも効果があるとされています。		
免許・資格	日本太鼓協会公認指導員 音楽健康指導士 レクリエーション介護士 健康管理士		
指導対象者	すべて	時間帯	相談に応ず
費用・備考	話し合いに応ず 太鼓、バチ等は持参可能です（数量限定）。		

5、スポーツ・レクリエーション

健康スポーツ【4】

フリガナ	ナカヤマ ヨシユキ	性別	男性
氏名	中山 義行	生年	昭和12年
指導内容	スポーツウェルネス吹矢は生涯スポーツとして最適です。安全で楽しく、かつ心身の健康維持・増進に効果的です。6m以上あれば自宅でも出来ます。あなたの毎日の生活の中にスポーツウェルネス吹矢を取り込む手助けを致します（妻も公認指導員なので、いずれでも対応可）。		
免許・資格	（社）日本スポーツウェルネス吹矢協会公認指導員・支部長。技能等級五段。		
指導対象者	壮年、高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	交通費弁当代程度		
備考	スポーツウェルネス吹矢の「出前教室」です。		

健康スポーツ【5】

フリガナ	ホサカ ヒロシ	性別	男性
氏名	保坂 宏	生年	昭和15年
指導内容	2本の専用ポールを使用し身体を伸ばし、正しい歩き方をすることによって腰痛、足痛等多くの身体的健康を作ります。この基本的な歩き方を指導し、一緒に歩きます。		
免許・資格	社団法人全日本ノルデック・ウォーク連盟 公認指導員		
指導対象者	すべて	時間帯	相談に応ず
費用	話し合いに応ず		

健康スポーツ【6】

フリガナ	ムラタ ノブヒコ	性別	男性
氏名	村田 信彦	生年	昭和13年
指導内容	ポールの持ち方、歩き方。体操と基本を教えます。また、ノルディックウォークの良さを教えます。誰にでも簡単にできる歩き方です。歩くのが基本です。楽しくできるノルデックです。		
免許・資格	ノルディックウォーク公認講師		
指導対象者	壮年・高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	交通費、弁当代程度		

5、スポーツ・レクリエーション

健康スポーツ【7】

フリガナ	ヤマナカ ミキ	性別	女性
氏名	山中 みき	生年	昭和57年
指導内容	ヨガを基本とする骨盤調整ヨガ・経路ヨガをやさしくていねいにお伝えします。ストレッチをはじめ、腰痛・肩こり解消体操や体幹トレーニングなど体を動かしながらトレーニングしていきましょう。		
免許・資格	日本コアコンディショニング協会トレーナー 骨盤調整アドバイザー		
指導対象者	児童生徒、青年、壮年、高齢者	時間帯	相談に応ず
備考			

健康スポーツ【8】

フリガナ	ヤマモト モキオ	性別	男性
氏名	山本 百起男	生年	昭和16年
指導内容	太極拳は初心者を対象に健康とストレスの解消を中心に行う。		
免許・資格	公認太極拳普及指導員		
指導対象者	青年・壮年・高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	交通費弁当代程度		

健康スポーツ【9】

フリガナ	イシカワ ノリコ	性別	女性
氏名	石川 範子	生年	昭和60年
指導内容	健康に繋がるランニングやウォーキング、目標達成に向けてのランニング等、走り方や歩き方の指導を致します。子どもから高齢者の方まで、それぞれに合った運動を提供させていただきます。		
免許・資格	健康運動指導士、スポーツプログラマー、障がい者スポーツ指導員、健康運動実践指導者、ジュニアスポーツ指導員、社会体育指導者、教員免許（中学、高校）保健体育、スポーツリーダー		
指導対象者	児童・生徒、青年、壮年、高齢者	時間帯	相談に応ず
費用	費用については、話し合いに応ず		

5、スポーツ・レクリエーション

ニュースポーツ【1】

フリガナ	ナカヤマ ヨシユキ	性別	男性
氏名	中山 義行	生年	昭和12年
指導内容	スポーツウェルネス吹矢は性別・年齢を問わず、どなたでも、いつからでも始められます。スポーツセンターのオープン教室では、腹式呼吸をベースとした基本動作から指導しています。高い運動能力や腕力はいません。室内で楽しみながらできるスポーツです。		
免許・資格	(社)日本スポーツウェルネス吹矢協会公認指導員・支部長。技能等級五段。		
指導対象者	児童・生徒、青年、壮年、高齢者	時間帯	午前
費用	1回300円(会場費及び的等の消耗品代)		
備考	毎週水曜日・木曜日の午前中に教室を開いています(参加自由)。		

球技【1】

フリガナ	ハマモト ケン	性別	男性
氏名	浜本 健	生年	昭和57年
指導内容	学校の野球部の指導を希望しています。ウォーミングアップ、トレーニング、野球の技術指導、試合の引率、食生活など、野球のこと全般を希望しています。アメリカの大学に3年間所属経験あり、名古屋のクラブチーム、NPO法人でコーチ経験あり。		
資格	中学校・高等学校教諭第一種免状(保健体育)		
指導対象者	児童・青年	時間帯	相談に応ず
費用	話し合いに依ず		
備考	野球の指導を希望しています。		