

# 女性のためのビューティーレッスン ストレッチーズ



先着

10名!

大久保 裕美 (株)日本プランニングシステム 代表取締役

経歴・資格: 児童学修士・認定心理士

日本保育学会会員

(社)日本親子体操協会 理事 親子ヨガ・親子ピラティス、親子体操ディレクター

(社)日本エアロビック連盟 テクニカルアドバイザー・コーチング資格

キッズ、ジュニア指導員

学校法人武蔵丘短期大学ヨガ・ピラティス 非常勤講師

日本デザイン専門学校保育学科非常勤講師

東京都港区にインターナショナルスクール(立ち上げ中)

フィットネスウェア【CLAP】契約ライター

共立習志野台病院 産前産後アドバイザー契約

広尾愛育病院 「母と子のふれあい講座」「パパと遊ぼう」講師

BSNHK 健康番組、テレビ朝日系アニメ「あたしんち」振付・体操監修

2002~2009年エアロビックコンペティション入賞・国際大会他

東京マラソン 2015[東京体操 akb48 運動指導・出演] 他

2015 ベストボディジャパン日本大会 京都大会3位

## 3月2日(木)

9:45~ 受付

10:00~11:30

「ストレッチーズ」※伸縮性のある特殊な布を使ってのレッスンです!

参加費: 3,000円(税込) ※布はこちらで準備いたします。

※筆記用具持参、運動ができる服装でお越しください。(ジーンズ、タイツは不可)

T-point お付けいたします! (お持ちでない方は当クラブでもカードが作れます)

<お問い合わせ先>

船橋市習志野4-16-2

☎

**047-404-5487**

受付時間: 火曜~日曜 10:00~18:00

HP: <http://usjgym.jp>

[universal.sports.japan@gmail.com](mailto:universal.sports.japan@gmail.com)



駐輪場・駐車場完備

※お電話またはメールにてお申し込みください。