

津市スポーツ協会 スポーツ指導者バンク 指導者情報

登録番号	94		
性別	女	年代	40
現在の 所有資格	健康管理士一般指導員・体軸キッズ&ジュニアトレーナー・ 体軸ファシリテーター・体軸グッシュトレーナー		
現在の 指導状況	スポーツクラブインストラクター・子供の運動スクール（火曜日・金曜日）		
自己PR	アルティメット元日本代表選手&コーチ歴20年・フィットネスインストラクター20年・体軸トレーナー2年。体に軸を作る運動と健康の基礎である、体軸体操を子供、大人、シニア層まで幅広く指導できます。体の特性から世代に合う、実感、効果、継続する心を体軸体操通じてお伝え出来ます。誰でも簡単にできる体操で即効性も感じていただきやすいため、運動習慣のきっかけを作りやすいです。健康管理士の資格もある為、健康づくりの体操としてもお伝え出来ます。地元三重の健康づくりに貢献したいと考えております。		

指導種目・内容・レベル（方向性）・対象者

指導種目(実技・講義)		指導内容						レベル			
体軸体操（健康づくり・運動神経発達）		予防医学に基づいて構築された健康的な身体づくりの為の体操プログラム・運動習慣の構築・健康寿命を伸ばす体操						競技スポーツ	○	生涯スポーツ・健康づくり	○ 講義
対象者	未就学児	小・中学生	高校生	一般	親子	高齢者	障がい者				
	○	○			○	○					

指導種目(実技・講義)		指導内容						レベル			
体軸グッシュ教室(文科省認定)		速く走る為の体の使い方のコツを学ぶ。親子で参加することにより運動習慣を身に着けるきっかけを作る						競技スポーツ	○	生涯スポーツ・健康づくり	○ 講義
対象者	未就学児	小・中学生	高校生	一般	親子	高齢者	障がい者				
		○			○						

指導種目(実技・講義)		指導内容						レベル			
運動神経の土台を作る体軸体操（文科省認定）		予防医学に基づいて構築された健康的な身体づくりの為の体操プログラム。正しい体の使い方を身に着ける。4歳～高齢者まで可能						競技スポーツ	○	生涯スポーツ・健康づくり	○ 講義
対象者	未就学児	小・中学生	高校生	一般	親子	高齢者	障がい者				
	○	○		○							

指導種目(実技・講義)		指導内容						レベル			
アスリートの為の体軸体操		スポーツの障害予防のための体操						競技スポーツ	○	生涯スポーツ・健康づくり	講義
対象者	未就学児	小・中学生	高校生	一般	親子	高齢者	障がい者				
		○	○	○							

指導可能地域・曜日・時間帯

指導可能 地域	津地域	久居	河芸	芸濃	安濃	美里	香良洲	一志	白山	美杉	その他
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
指導可能 曜日	月	火	水	木	金	土	日	その他			
								応相談			
指導可能 時間帯	応相談										