

活動分野 2 健康・スポーツ

土浦市人材バンク登録者名簿

①指導活動内容 ②今までの活動経歴や資格等 ③自己PR・メッセージ

登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時						
				曜日	時間帯					
204	川島文子 水戸バレエ研究所	バレエ・ストレッチ	成人	月	火	水	木	金	午前	午後
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費						
50才代	090-4920-4817 mitoballet@gmail.com	市内全域	3人~30人	無料						
①	床でのストレッチから始まり、簡単なバレエの基礎をご指導いたします。音楽に合わせて体を動かす楽しさにふれてみましょう。									
②	土浦でクラシックバレエを教えて25年、幼児から大人まで幅広い年齢層の方々を指導。(公社)日本バレエ協会会員									
③	日頃動かさない筋肉を動かして、音楽に合わせて動く楽しさを感じられます。無理せずに、ゆっくりと動きやすい体を作りましょう。									
登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時						
				曜日	時間帯					
205	スポーツウエルネス吹矢 土浦ポプラ支部 山田和夫	的に命中した時の爽快感、 吹矢式呼吸法で健康を増進	中高生 成人	水	木	金	応相談	午前	午後	応相談
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費						
80才代	029-841-5995(電話・FAX) 080-6796-8718 yakazujp@gmail.com	市内全域	1人~10人	200円						
①	公民館等で週に1~2回(各2時間程度)練習します。(水曜・木曜:13時半~15時半/金曜:10時~12時)ご希望により昇段審査や各種競技会に参加することができます。									
②	活動歴15年、現在師範・七段位。全国大会(全日本選手権・理事長杯)で5回優勝のほか、北関東大会や茨城県大会等で度々優勝。									
③	吹矢によって適度の刺激と緊張感を得て、生活にリズムと張りが出ています。地域の皆さんと触れ合うことで、生活の幅が広がっているように感じています。 【ホームページ】 https://amarimichi.web.fc2.com									
登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時						
				曜日	時間帯					
206	飯田 英明	ヨガで元気になろう!	だれでも	水	午前	午後				
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費						
40才代	050-3556-3828 hiderou200x@gmail.com	市内全域	1人~10人	無料						
①	ヨガを習慣として少しずつ生活に取り入れることで、生活の向上を目指し、健康になっていただきたいです。									
②	ハタヨーガと瞑想に、独学でヨガの知識を学ぶ。インドを3ヶ月放浪8,000Km。20代で統合失調症となるも、ヨガで寛解。自宅でヨガ教室主宰2年目。ブログを日々更新しています。(Yoga Eimei)									
③	本場インドのヨガの伝統に基づくハタヨーガと瞑想にアーユルヴェーダの知識で治療が困難な病と闘ってきて、現在は寛解しました。もっと元気になりたい方、一緒に学んでいきましょう。									

