

登録名 (ふりがな)	三島 弥生 (みしま やよい)
ジャンル	スポーツ・健康
ジャンルの詳細	キッズダンス・ヨガ・赤ちゃんとママダンス
活動の種類	指導・披露・講演
活動内容	赤ちゃんからシニアまで全ての方にカラダを動かす楽しさを伝えていきます。港南台を拠点に活動しています。
活動に関する資格・経験・活動歴等	MY fit dance studio 経営 戸塚スポーツセンター 東永谷地区センター 港南スポーツセンター 野庭地区センター 港南台地区センター 港南地下センター講座担当
活動の対象	どなたでも
活動可能日	相談可

具体的なプログラムの一例

【タイトル】

赤ちゃんとママダンス

【内容】

赤ちゃんとママダンスは、赤ちゃんマッサージ→ママのストレッチ→ママのダンス→ママの筋トレ→赤ちゃんとママのクールダウンという構成になってます。

【定員】

場所に合わせて何人でも

【所要時間】

60分

【教材費】

無し

【その他】



街のアドバイザーから

赤ちゃんからシニアまでどんなカテゴリーでも指導します。音楽に合わせてカラダを動かす楽しさを知ってもらいたいです。どんな場所・人数でも対応できますので、ご相談ください。