

安城市健康づくりサポーター登録内容

【個人】

登録番号	0040	
登録日	2022年11月1日	
氏名	高木 朋美	
連絡先	住所	(保健センターにお問い合わせください)
	電話	(保健センターにお問い合わせください)
	メールアドレス	tomomi.takagi07@gmail.com
活動目的	10年20年その先も痛み不調のない動ける体へ。 体の正しい使い方とセルフケアの仕方をお伝えし、 自分自身で学び、実践する事で痛み不調の根本改善を目指していきます。	
活動内容	・2022 碧南市エメラルドカルチャークラブ講師 ・2023 安城市西部公民館 春期講座 ・2023 西尾市一色公民館 夏期講座 ・2023 西尾市室場ふれあいセンター 秋季講座 ・2023 西尾市室場ふれあいセンター 冬期講座 他、企業や個人事業主向けイベントや講座	
新規メンバー 等の受入れ	入会募集	随時
	参加費	有料
	参加申込方法	メール受付
講師派遣等	対応可能な項目	講師派遣 教室実施
	費用	有償
	内容	姿勢改善ストレッチ、トレーニング、ピラティス ・BASIマットピラティスインストラクター ・姿勢コーディネーター ・骨盤調整インストラクター ・セナレッチストレッチインストラクター