

CARD NO

2

講師プロフィール情報

自分の知識や経験を活かし、受講生と共に学び、生きがいを感じ、人生を輝かせようとする講師です。

区分 軽運動・健康

種別 健康体操・リズム体操・椅子の体操他

名前 かとう りょうこ
加藤 涼子



資格 健康運動指導士

指導対象 どなたでも

レベル 要相談

希望地域 相模原市内

可能日時 要相談

謝礼など 要相談

コメント 楽しく、効果的に 継続できますように

自己PR ひとりでも、いくつになっても続けられる運動を心がけています

講座例 健康体操・リズム体操・椅子の体操・コグニサイズ・ソフトエアロビクス等

活動歴 1987年よりエアロビクス、企業フィットネス、幼児体操、健康体操自主グループの指導など