


生駒市スポーツリーダーバンク登録者【実技指導者】

登録No.	J	22
-------	---	----

ふりがな	いいだ みき				No Image (画像はありません) 	
氏名	飯田 美樹					
生まれ年	1970年	性別	女			
登録内容	ストレッチ体操					
専門性の程度	1. 気軽に楽しむ <input type="radio"/>	2. 一般的 <input type="radio"/>	3. やや高度	4. 高度	5. その他	
資格等	・日本ストレッチ協会認定JSA-CSTP ・ヘルパー2級資格・幼稚園教諭2級資格 ・ダイエットアドバイザー資格 ・保育士資格					
競技経験 指導経験	経験の有無 : 有		経験内容: 生駒市を中心にセミナー室などでシニアストレッチ体操を指導			
費用	1. 謝礼 <input type="radio"/>	2. 交通費のみ	3. 材料費等	4. 一切無償		
	5. その他 :					
対象者	1. 幼児・児童	2. 青少年	3. 成人一般 <input type="radio"/>	4. 高齢者 <input type="radio"/>	5. 親子団体	6. 限定なし
	7. その他 :					
活動可能な時間帯	月曜日、金曜日、土曜日の9:30~16:30					
活動可能な地域	1. 市内全域 <input type="radio"/>	2. 市内北地区	3. 市内中地区	4. 市内南地区		
	登録者からのコメント					

が付いている項目が、対象となる項目です。

【プログラム(実技指導用)】

タイトル	実技指導内容	指導時間	必要品等
ストレッチ 体操	全身を伸ばし関節ごとの可動域を広げる	約1時間	飲み物 タオル
ウォーキング講座	姿勢を見直し正しいフォームでウォーキングを行う	約1時間	飲み物 タオル