

# 市民教授 個人票

No. H19

<b>ペルビック(骨盤)ストレッチ</b>		吉田 真紀子 ( よしだまきこ )			ゲストティーチャー	
住所	319-1304 茨城県 日立市十王町友部			生年	1980	女
TEL	090-9138-1951	Fax	0	E-mail	<a href="mailto:sound_air012@i.softbank.jp">sound_air012@i.softbank.jp</a>	
指導場所	交流センター、公共施設、その他 相談		指導方法	実技 骨盤周りの筋肉を動かすことで歪を調整し、正しい姿勢に近づけていく体操です。身体を動かす機会のない方からスポーツをする方まで年齢を問わず行って頂けます。		
曜日時間	相談					
自己PR						
指導中の自主グループ	グループ名	指導場所	会員数	ゲストティーチャー歴		
ここ1年~2年間の指導歴	講座名	開催場所	実施回数	参加者数	備考	
					その他____件	
表彰歴・資格						
講座のレベル	1:初級(その分野を初めて経験する人を対象)		SNS(フェイスブック、ツイッターなど)のURL			
	2:中級(簡単な指導でやっていける程度の人を対象)					
	3:上級(講師を目指す人を対象)					
指導風景・作品写真						
講座企画者への連絡						