

氏名

こじま みゆき
小島 美幸

指導概要

指導内容

ベビーダンス、ベビーマッサージ、キッズビクス、親子体操などの子育て教室、パパ講座、抱っこポストチャリング教室、成人の健康体操、エアロビクス、コンディショニング教室(フット&リンパ)、高齢者の健康体操(認知症予防、転倒予防体操)、スローエアロビック等

指導対象

乳幼児、小学生、中学生、高校生、青年、成人、高齢者、女性、男性、親子

活動地域

市内、県内(鹿児島市内を除く)

指導方法

講義、実技、講演

指導可能時間帯

要相談(電話にて)

所属団体

鹿児島県エアロビック連盟、日本エアロビック連盟、日本ベビーダンス協会、日本コンディショニング協会

講師情報

生年

問い合わせ先

電話 090-6776-0448

活動歴

- (1)いちき串木野市 子育て支援センター「ベビーマッサージ」「ベビーダンス」「ママ&キッズビクス」「抱っこポストチャリング」
- (2)いちき串木野市働く女性の家 エアロビクス、ベビーマッサージ、ベビーダンス講師
- (3)いちき串木野市(市講座) 認知症予防教室(運動)指導、高齢者「ころぼん体操」運動指導
- (4)日置市B&G東市来海洋センター「ベビーダンス」「親子体操」指導
- (5)いちき串木野市総合体育館「スローエアロビック&コンディショニング」教室
- (6)県社会福祉協議会、子育て支援派遣講師、日置市女性センター等
- (7)家庭教育学級や各種サークルの出張教室講師
- (8)パパの講座(ベビーダンス、ベビーマッサージ、親子体操)
- (9)高齢大学、学校保健委員会「フットコンディショニング」講話&実技

免許資格

- (1)日本ベビーダンス協会認定ベビーダンスインストラクター、抱っこポストチャリングインストラクター
- (2)わらべうたベビー&キッズマッサージ認定講師、わらべうた産後ダンス講師、脳活わらべうた講師
- (3)JAF(日本エアロビック連盟)、エアロビック検定員、スローエアロビックマスター
- (4)日本スポーツ協会公認エアロビックコーチ

執筆等

費用等

要相談

ホームページ

電子メール

☆市民へのメッセージ☆

鹿児島の明るく楽しい子育てを応援しています。親子のスキンシップ、絆、ふれあいを一緒に学びましょう。出張レッスンいたします。