

2024
2/18
sun.

体幹ストレッチ

train core stretch



●開催日時

2024年2月18日(日) 8:00~9:00

※レッスンの5分前までに指定場所にご集合ください。

●開催場所

かぶとの森テラス内

●持ち物

ヨガマット(お持ちでない方は貸出もあります)・飲み物

●ご参加費用

500円 ※税込/当日、会場にてお支払いください。

●定員

10名(先着順) ※定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。

●ご予約方法

事前にご予約をいただく場合はお電話またはメールにてお申し込ください。ご宿泊の方以外でもご予約を承らせていただきます。

電話: 0595-98-0605

メール: info@kabutonomori.com

かぶとの森テラスにご宿泊の方はフロントにてお申し込みください。

※雨天の場合は、室内で開催します。

●インストラクタープロフィール

井早 アキラ (三重県津市出身)

【資格】

本橋恵美体幹トレーニング養成コース(32h) 修了

NEWTON 公認ランニングインストラクター

JOPH 認定ダイエットアドバイザー

三重県津市出身、京都在住。平日はWEBデザイン制作会社の社長兼デザイナーとして仕事するかたわら、京都のOutdoor Fitness& Studio「Nadi Kitayama」にてロードバイク、ランニング、体幹トレーニングレッスンなどのクラスインストラクターとして活躍。他、ランニングなどのパーソナルレッスンの

他、企業での体幹に関する講演会、イベントでの単発レッスン、フィットネス関連事業のコンサルティング・プロデュースなども行う。

(instagram アカウント: COREDIETJAPAN)



<ご注意>

最少催行人数に達しなかった場合やその他天災、災害など止むをえない都合でイベントを開催できなくなった場合は、開催日前日までに、申込み時にいただいた連絡先に通知いたします。開催者は、申込者またはその関係者が病気にかかっている場合や泥酔している場合やその他イベントご参加にふさわしくない状態であると判断した場合、ご参加のみなさんの安全を考慮し申込者またはその関係者にご退場他のお願いをさせていただくことがあります。当日は万全の健康状態でお越しくださいますよう何卒よろしくお願いたします。