



# 事業に役立つ いきいきセミナー

企業様、施設様、事業場ごとの課題に取り組みます

1講座15-90分 企画や予算に合わせてご提案

講座・研修・イベントに役立ちます

## やるならひと味違った 本当に喜ばれる健康講座を

### 講座内容例

国際治療リハビリテーション研究所 VIM体操指導員  
健康経営EXアドバイザー 全米ヨガアライアンス200h修了 井浦春美

- ・介護/福祉「シニアが笑って生きる健康ヨガ」  
「視聴覚等障がい者のためのヨガ」
- ・企業研修「健康経営 元気な会社の腰痛予防」  
「メンタルヘルス ヨガ式社員研修」  
「目を守る！視力向上ヨガ」



全米ヨガアライアンスE-RYT200h修了  
RPT30ピラティス講師

村田智美

- ・教育/運動「おやこでヨガあそび」  
「スポーツのためのヨガ」
- ・イベント「企画で勝負 PRキャラバン隊」



にいがたヨガ協会認定講師  
FTP認定ピラティス講師

清水 香

- ・フレイル予防「かんたん健康イス体操」
- ・幼児期教育「なかよし子ども元気体操」
- ・若者世代「心とカラダのヨガ教室」



ご予約  
お問い合わせ

一般社団法人にいがたヨガ協会 / 新潟市江南区東船場1-2-7  
TEL : 025-269-5990 メール : info@nyogakyoukai.com