

# グランクラブ高崎 インストラクター紹介

## Mimi(ミミ)

ヨガを通して自分と向き合う時間をつくり、心と身体をスッキリさせましょう

## 簾谷久美子(ミスタニクミコ)

いつまでも元気で動ける身体作りの為のお手伝いをしていきたいです。

## 加藤聖美(カトウキヨミ)

とにかく踊ることが大好きです。楽しい音楽とライブのような情熱的なレッスンで皆さんを楽しませたいです。

## Tamahi(タマヒ)

楽しく体を動かし、心と体を元気にして、毎日の生活に輝きをプラスさせましょう。

## KAZU(カズ)

#体を動かす#フィットネス  
#今の時代(とき)を楽しむ!!

## 松村智恵美(マツムラチエミ)

天然の松村です。運動に慣れていない方でも一緒に楽しみましょう。

## Megumi(メグミ)

スタジオやスタジオ以外でも気軽に声をかけてください。楽しくレッスンしていきましょう。

## 山口律子(ヤマグチリツコ)

年齢、性別問わず行える生涯スポーツとしての太極拳の楽しさを皆さんにお伝えしていきます。

## Chinatsu(チナツ)

これから先も心身共に健やかに過ごせるよう、エクササイズを続けていきたいと思っています。

## erina(エリナ)

心と身体のバランスを整える自分の為の時間、心地の良い空間となるよう心掛けます。

## Nao(ナオ)

ヨガを通し、健康寿命を伸ばすサポートをさせていただきます。

## Yukiko(ユキコ)

身体を動かすことの楽しさ、気持ちよさを感じてもらえたら嬉しいです。

## KANA(カナ)

心と身体の変化が普通の生活に生かされ、人生がより豊かになることを大切にしています。

## Kanae(カナエ)

毎日をより良く過ごせるようお手伝いができたら幸いです。ぜひ気軽にヨガクラスへご参加ください。

## 松沢光子(マツザワミツコ)

皆様の元気のお手伝いが少しでもできるように頑張りますのでよろしくお願いします。

## 福田ユカリ(フクダユカリ)

上手に踊ろうとするのではなく、ひとつひとつの動きの意味を丁寧に感じて頂きたいです。

## 大塚深貴(オオツカミキ)

フィットネス  
"fitnessで人々を幸せにする"ぜひ私からパワーを受け取りお持ち帰りくださいね。

## Kei(ケイ)

ココロを豊かに身体ものびのびと。ヨガを通して皆様と通じ合えたら幸せです。

## Mei(ミイ)

楽しく一緒に汗を流しましょう!

## YUKO(ユウコ)

年齢問わず、色々な方とお話をする事が大好きです。I can do it.You can do it.

## ユジナ

皆さんと一緒に楽しみたいと思っています。気軽にお声掛けください。

## MINA(ミナ)

このお仕事が何よりも大好きです。できなくても大丈夫!楽しんでください!

## Ayaka(アヤカ)

ヨガによって少しでも自分のことを気にかけて、生活を良く健やかにしていけるように努めてまいります。

## 美月(ミヅキ)

ヨガのポーズや呼吸を深めていくことを通して何か伝わる事があれば嬉しく思います。

## 武田綾子(タケダアヤコ)

安全に楽しんでレッスンを行えるようにいたします。

## MIHO(ミホ)

音楽とダンスの融合、楽しさ、気持ちよさをぜひ体感なさってください。

## 新井成美(アライナルミ)

無理なく、心地よく、一緒に呼吸を深め心と身体を整えていきましょう♪

## ミチコ

和と笑いとパーソナルを大事にしています。

## ヨーコ

皆さんが笑顔でレッスンに参加できるように頑張ります。

## Noriko(ノリコ)

レッスンを通して皆さんが元気になれるように頑張ります。

## eiko(エイコ)

心と体を癒すお手伝いができるように心をこめてお伝えしていきます。

## NATSUMI(ナツミ)

元気!笑顔!HAPPY!そんな気持ちを皆さんにもお裾分けしたいです!

## maki(マキ)

丁寧にわかりやすく安全で効果的なレッスンを心掛けていきます!