

音楽	芸能	美術 工芸	文化	文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常 生活
----	----	----------	----	----	----------	--------------	-----	------------	----------	----	----------

登録名	しらかわ ふみこ	分野	美容・体操		
	白川 文子	小分類	骨盤エクササイズ ・整体		
	子育てママの整体サロン	指導	講演	披露	
		○			

【活動内容】
ママの為の骨盤エクササイズ／骨盤矯正・整体

～PR～ 5人から100人以下向け骨盤エクササイズ講座 整体は2人で伺います。 子育て中の母が行います。	小さなお子様連れのママの為の骨盤エクササイズ 20～30分程度の軽い運動でリフレッシュできます。
---	---

■経費（材料費等）	ベットが必要な場合はタクシー代。エクササイズは無料。整体は10分500円から相談できます。
■依頼者が準備するもの	エクササイズはなし（長座ができる部屋） 整体は布団になるもの（座布団でも可）
■交通手段	電車・バス等
■資格・経験	骨盤エクササイズインストラクター（かなーちえ他横浜市内の子育て広場5拠点）整体は3000人以上の整体体験、地区センター、かめっこでも経験有り
■対象者	2ヶ月から小学校入学前のお子様を持つお母さま



活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月	○	○	
	火	○	○	
	水	○	○	
	木	○	○	
	金	○	○	
	土	○	○	
	日	○	○	
応相談：				
活動可能地域： 神奈川区他				