

## 井上 陽子

Inoue Yoko

いのうえ ようこ

Fitness-Ja ンぐる 所属

### ■資格

- 保健師・看護師・助産師
- 健康体力づくり事業財団認定 健康運動指導士
- 日本マタニティフィットネス協会妊婦健康体操指導者
- ベビービスクインストラクター
- PFA ピラティスコーチ
- PEA ヨガコーチ
- AFAA 認定マットサイエンスインストラクター
- AFAA 認定 ZUNBA®インストラクター
- 日本ウェーブストレッチ協会認定インストラクター

### ■主な事業実績

- 

等

いのうえ ようこ  
井上 陽子

「踊る保健師」と一部の方から言われます。

幼い頃からダンスが好きだったことも影響して音楽に合わせて動くことが大好きです。ダンステクニックを少し組み込んだプログラムで、皆さんに楽しく参加していただけるような教室を目指しています。一緒に楽しみながら体を動かし、体と精神面を鍛えることで、生活の質を高めていきませんか？健康相談もしますよ！

運動で、多くの人の心と体を健康に！

## Fitness Ja-んぐる

〒680-0871

鳥取県鳥取市吉成南町 2丁目9番10号

TEL/FAX 0857-53-4742

