

NEWインストラクター Mizuho

2022年9月より スタジオSeashoreにてクラスを担当して下さる
Mizuhoさんのご紹介をさせていただきます。

Mizuhoさんは4歳からバレエを始め、アメリカでのバレエ留学時にピラティスに出会い、ピラティスを含むトレーニングがいかに心身の健康を保つのに必要なのかを感じたそうです。

「長年のバレエ経験を活かし、私たちが持つ本来の自由に動ける体へ導きます」というMizuhoさんのレッスンを楽しみにしててください。

[資格]

Certified Basi Mat pilates Instructor

ネバダ州立大学公認DKマシンピラティスフルイクイップメント

加圧トレーニングインストラクター