

たなかけいこ

美心塾 bijin_juku 主宰 フィットネストレーナー

JOCA トレーナー

JCCA トレーナー

JSA - CSTP トレーナー

ひめトレアドバイザー

保健体育教員免許



■ P R ■

ストレッチ 筋トレ バランスボール

ダンスエクササイズなどの指導のほか

幸せホルモン（セロトニン）が溢れ出すストレッチと筋膜リリースセルフケアの融合による独自メソッドで美体形成に導く講座などをおこなっています□

美しく動けるカラダとキラキラ輝く毎日を送るためのマインドをつくり、どのライフステージにいる女性も前向きで明るく輝くための応援をしています！

三人の娘とふたりの孫娘がいます

また難病の子供を育てた経験から頑張るママたちを応援したいと考えています！□



株式会社 声ぶら

東京都台東区台東2-6-6 陽輪台みかみビル703号

TEL: 03-6284-2087 FAX: 03-6284-2097