

リムヨガ1周年祭 担当講師一紹介



りさ

リムヨガ代表
 ヨガインストラクター(ベビ・キッズ含)
 タイ古式セラピスト
 ※リムヨガ講師のため詳しくはHPの講師紹介をご覧ください。



ちひる

リムヨガ講師
 ヨガインストラクター(ベビ含)
 ※リムヨガ講師のため詳しくはHPの講師紹介をご覧ください。



ともひこ

リムヨガ講師
 ヨガインストラクター(主にアシュタンガ)
 ※リムヨガ講師のため詳しくはHPの講師紹介をご覧ください。



やす

自営の40年以上の歴史をもつ埼玉ヨガア
 シュラム(株)ヘルシーアカデミー代表講師
 ヨガインストラクター
 パン職人(天然酵母ビーガンパン)
 ヨガやアクロヨガを通して、セラピーや
 タイマッサージなどのボディワークも学
 び、フライングセラピーの施術者として
 たくさんの方から好評を得ている。



ラス・ロシータス

リムヨガ講師
 ベリーダンスインストラクター
 ベリーダンサー
 ※リムヨガ講師のため詳しくはHPの講師紹介をご覧ください。



たいち

リムヨガで毎月1,2回水曜日午後に整体
 施術を担当するボディワークの講師。
 ★肩甲骨ヨガ®/ヨガ棒指導者
 ★シニア/ハンディキャップヨガ®指導者
 ★JSA-CSSTS、JSA-CSTP資格者
 ★背骨コンディショニングPT
 ★さとう式リンパケア セルフケアマスター
 /施術者



よりこ

～心も体も マイナス12歳♡～
 出産子育てを経て、身体の不調改善のために
 始めた身体を動かすこと！！その大切さ、楽しさ
 を実感し、それを伝えるべく、40代より様
 々なボディワークを学ぶ。現在ヨーガ、ピラ
 ティス、シルクサスペンション™、モナリザ
 エクササイズ(アンチエイジングエクササイ
 ズ)、そして今話題の「顔ヨガ」を都内、神
 奈川を中心に、スポーツやヨガスタジオに
 於いて、グループ指導、パーソナル指導
 を行う。



のり

2001年よりタイマッサージを始め、ロ
 イクロ、オールドメディスン、レック
 チャイアetcチェンマイの各校で修行の
 後、2006年より今は亡きチェンマイの
 カリスマ「ママニット」の元で学び、
 チェンマイ滞在時は講師を務める。
 タイマッサージスクール&サロン
 プアンラックにてジャップセン、
 気内臓デトックス、トークセン、
 ヌワットパカマーの施術及び講習
 を行っている。



ちずる&しおり

みな&ちい

リムヨガにて2019年6月よりヨガ講師
 になるための指導者養成講座を受講
 中の4名の未来の先生たち。
 様々なバックグラウンドをもつ個性
 溢れる彼女たちが一生懸命考えた
 ヨガクラス。解剖生理学・アサナ・
 瞑想・呼吸法など含めイベント
 クラスまでに約60時間以上は
 勉強済の状態です。必要に応じて
 リムヨガ講師がヘルプしますのでご
 安心を♪