人材バンク登録情報（ホームページ公開情報）

※このままPDFにして、公開します。

ふりがな 氏　名	しのきちさと --- しのきちさとフラメンコ（凌木智里）
分類 （該当に○ または記入）	①　学習　　2　マネジメント　　3　科学　　4　簿記　　5　アドバイザー 6　コミュニケーション等　　⑦　音楽・舞踊・演劇　　8　語学 ⑨　健康　　１０　文学・文芸　　１１　絵画・造形　　１２　手芸・工芸 13 書道･硬筆等　　14 その他(　　)
指導内容	フラメンコを踊ってみませんか？もっと気楽な方がいいな…という方なら、フラメンコ体操もできます！全く初めての方～経験者までどんな方でもレッスンできます。フラメンコ音楽特有のリズムやメロディを味わい、かっこいい動きを楽しみましょう！手足をバラバラに動かして振付を覚えて「脳トレ」＆インナーマッスルを鍛えて美しく立って「姿勢改善」＆リズミカルに足を踏み鳴らして「骨密度UP」！！！
指導方法等	レベルを問わず、その方に合わせた指導が好評の講師（元バレリーナ）です。まずは姿勢を整えて、ストレッチ・軽い基礎トレーニング、それからいよいよフラメンコの曲に合わせて腕や身体を動かして、眠っている筋肉を目覚めさせます！シンプルな振付も学びます。GWには地域のフラメンコ祭りに参加してみんなで踊りましょう！
資格	元バレリーナ（ロンドン留学経験あり） 第5回日本フラメンコwebフェスティバル優秀賞受賞
指導対象者 及び人数	何歳でも！（最高齢86歳の方も指導中）・親子（お子さんと親御さん～60代と80代の親子などもあり！） 全く初めてでも個人レッスンも受講可能。1人～5人くらいまでのグループ。
指導可能日	月･火(夕方)･水(昼間)･金などご相談ください。
指導可能地域	1　国分寺市内　　2　隣接市まで　　③　限定しない
経費及び謝金	1　交通費･謝金とも必要としない 2　交通費程度は負担してほしい ③　少額の謝金を用意してほしい　（グループレッスンの場合1回　1人￥2000/1時間　＋　スタジオ代）