

# 教室受講者の声

受講者の皆さんにインタビュー！ぜひ、教室参加の参考にしてくださいね！

先生のご指導が的確かつ楽しくて、感謝しつつ通わせていただいています。可能な限りずっと通わせていただきたいと思っています。

キッス



60歳代・女性

日常生活への取り入れ方や体の動かし方のアドバイスをしていただけるのが良いと思います。



50歳代・女性

毎週リフレッシュさせてもらっています。家でも活用できるのが良いです。



40歳代・女性

家で一人でもストレッチやピラティスなどはしないため、足を運んででも誰かと一緒にするほうがいいので、教室が開催されていることはありがたいです。



40歳代・女性

先生の心遣いが細やかで、初めて長期で通えています。おかげで体調のコントロールが少しずつできるようになり感謝しています。



50歳代・女性

先生には体の具合が悪いところ等、相談にのっていただけていつも感謝しています。これからも継続して参加したいです。



40歳代・女性