

ヨガインストラクター 宮崎真由美

2014年3月、夫の転勤で宮城県仙台市から鹿児島市に引っ越してきました。

元銀行員

夫の転勤先で、心身の不調をきっかけにヨガに惹かれる。心身の健康を取り戻ただけではなく、ぶれない自分になれたことで、さらにヨガの勉強をする。頑張らないヨガ・自分で自分を癒すヨガを伝える活動をしています。

現在下記で活動中

- ・ヨガスタジオ オープンスペース
- ・MBC 学園 本校、たわわタウン谷山校
- ・南日本新聞開発センター文化教室「みんカル」
- ・アトリエさえ
- ・ヨガサークルえん主宰

学校の家庭教育学級、企業のセミナー等でレッスン

毎年3月『東日本大震災チャリティー顔ヨガ』を開催

顔ヨガでますます鹿児島に美人さんが増えますように！
顔が変われば気持ちも変わり、人生も変わります。
顔の筋肉をしっかり鍛えて、目指せマイナス5歳！

