

プロフィール

氏名

松木 伸治（まつき しんじ）



経歴

1963年兵庫県尼崎市生まれ

1996年会社員からエアロビクスのインストラクターに転身。

大手・小規模フィットネスクラブなどで様々な健康運動の指導携わりながらその関わる知識を習得しつつ、現在はエアロビクスに留まらずのパーソナル指導・グループ指導において様々な健康運動の提供を行っている。

老人福祉センター福喜園、鶴の巣園においてはチェア体操、ピラティス、エアロビクスの指導を行っている。

※健康運動の隠れ家「おさるのピラティス部屋」主宰

※健康運動指導士

※ストットピラティス・フル認定インストラクター

※(株)オージスポーツ・契約インストラクター・パーソナルトレーナー