

# 第899回 経営者モーニングセミナー

○会場:江陽グランドホテル 3F羽衣 Oam6:00~7:00 [栞第9条]

# 1/15

## 当たり前を続けること

(火) 仙台宮城野倫理法人会 青年委員長  
まいダイエットヨガ

齊田 舞氏

### ★★プロフィール★★

1976年11月16日 日本三景松島生まれ  
2007年 ヨガ講師になるため、子育てしながら学びを始める。  
2008年 ヨガインストラクター、プロ課程終了  
スポーツクラブ、ヨガサークル等にて指導開始  
その後、アスリートヨガ、骨盤インストラクター、クロストレーニングヨガ、ベビー&ママヨガ講師等の資格を取得  
パークヨガ、海ヨガなどイベント企画運営。  
あすと長町青空ヨガイベント、実行委員長。  
2016年 ヨガと共に、健康、ダイエットで人に喜んでほしいと思い、心身の健康について様々な学びを深め、太らない健康習慣を身につけて自己管理できる状態になるまでをサポートする「ダイエットコーチング」をスタート。  
日本ダイエットコーチング協会認定講師、  
メンタルダイエット認定講師



聴き  
どころ

簡単なことを続けることが一番むずかしい。仕事も家族も生活も全部に成長させていただいている、毎日が学び、そんなお話をさせていただきます。

予告! <1/22>



## ファスティング (引き算の健康法)

仙台若林倫理法人会 普及拡大委員長  
(株) 夢現 取締役

木村 奈奈子 氏

あなたの常識って何ですか？

朝食会(自由参加) 午前7:10ころ~ 同ホテル 朝食代:1700円 珈琲代:300円

仙台青葉倫理法人会 会長 経澤 進

《事務局》 仙台市青葉区本町1-3-8-7F TEL 217-0057 FAX 217-0115 MAIL [aoba@rinri-miyagi.com](mailto:aoba@rinri-miyagi.com)

ホームページ開設しました!! <http://www.sendaiaoba.jp>