



佐藤おりえ Oriie Sato

1980年生まれ、宮城県出身。モデルやタレント業の傍らヨガの資格を取得。心が澄みわたるような、不思議な心地よい感覚に気づき、本格的にヨガインストラクターとして活動をスタートさせる。都内各スタジオのヨガインストラクターとして活動中。「佐藤おりえの一週間ヨガ」「佐藤おりえのくびれヨガ」がホームフィットネス24にて好評配信中。その他、六本木・東京ミッドタウンでのミッドパークヨガ講師、東京タワー展望台「ASAYOGA」のヨガ講師としても人気。be yoga japan イシュタヨガ全米ヨガアライアンス認定200時間トレーニング修了、イシュタヨガ マタニティヨガ指導者養成コース修了、YMCメディカルトレーナーズスクールヨガインストラクター養成コース修了。

■指導アイテム

パワーヨガ ヨガ



■スケジュール

★木曜日

14:30~16:00 やさしいヨガ

チャコット二子玉川スタジオ(二子玉川駅徒歩2分)

20:00~21:00 ヨガ

セリエ・プライズ田無(田無駅徒歩6分)

★金曜日

10:30~11:50 ヨガ(セミホット)

TOKYOYOGA 青山(表参道駅徒歩10分)

★土曜日

17:15~18:40 ヨガ(セミホット)

TOKYOYOGA 青山

★日曜日

12:30~14:00 リラックスビューティーヨガ

チャコット二子玉川スタジオ

■お申込み・お問い合わせ先

パーソナル・フィットネス「コア・フォレスト」(株式会社フィットネス・ゼロ内)

【TEL】 03-6455-0324 【Eメール】 info@coreforest.com

※①お名前、②携帯電話の番号、③メールアドレスをお伝えください。折り返しご連絡させていただきます。

※オフィササイズのお申込み、コア・フォレストでの指導希望や担当クラスの受講方法など、不明な点も連絡願います。