

# 間宮友美

## Tomomi Mamiya

THD, Jpn日本総合健康指導協会公認 認定カキリスト  
// 介護予防認知症予防かきら認定指導者  
// 姿育体操公式インストラクター  
// KaQiLa Ce-rr-lusオフィシャルトレーナー



サバイバルエアロビクス全国優勝  
サバイバルエアロビクス 東京大会  
優勝3回 準優勝 2回  
サバイバルエアロビクス神奈川準優勝  
サバイバルエアロビクス札幌大会準優勝  
ナショナルエアロビクス サーキット 優勝3回  
エアロビクスシャインナップコンテスト優勝3回  
エアロビクスDVD発売  
フィットネス雑誌多数掲載  
東海テレビ出演  
カキリストMVP受賞  
カキリスト準MVP受賞  
MVPフォーラム出演  
デザートイベントレッスン  
都立国際高等学校 イベントレッスン  
東京総合美容専門学校 非常勤講師  
KaQiLa イベントショー多数出演 他

東急スポーツオアシスにてエアロビクスインストラクターを務め、育児退社後、1994年キッズ向けのエアロビクスやダンスエクササイズスクールを立ち上げ、その後、数々の競技エアロビクス大会に参戦。数々の賞を受賞。その後、KaQiLaメソッドと出会い、そのKaQiLa~カキラ~とその考案者である己抄呼~misako~の魅力に心酔。己抄呼~misako~に師事。2013年認定カキリストの資格を取得。現在では、東日本No.1カキリストとして、レギュラーレッスンはもとより、イベントレッスン、指導者育成などで活躍中。その見た目の愛らしさと実力で多くの受講者に大人気のカキリストである。

