地域おこし協力隊



3月末にマシンを1台増やしていただき、
より多くのお客様にご好評いただいております



小久保（こくぼ）　沙耶（さや）

東京都練馬区から昨年7月に移住。コロナ渦に気分転換で利用した整体の先生から人間の身体や身体操作の面白さと奥深さを学び、現在ものめり込むように日々アップデート中。前職はシステムインテグレーターとしてIT企業に従事。



足裏にいつもと違う刺激を入れることで、
姿勢改善に繋げていきます

中之条町に移住してから早いもので1年が経過しました。昨年の今頃はナカトレオープンに向けて準備しておりましたが、1年も経たずに1日あたり50名以上のお客様にご利用いただける施設になるとは想像もしておりませんでした。

いつもご利用されている方は本当にありがとうございます。興味はあるけど様々な事情でまだご利用できていない方も心からご来館をお待ちしております。

協力隊活動の一環として、今年の7月からパーソナルレッスンサービスを開始しました。不調改善やパフォーマンス向上、減量などお客様の目的に沿った独自のプログラムを提供しております。

私たちは日々の生活で見るものや聞くもの、触れるものを通して様々なことを知ります。その一方で、それらが無意識下で思い込みとして蓄積される側面もあります。パーソナルレッスンでは身体操作における誤った思い込みやクセを一緒に見つけながら「本来の動き・機能を取り戻す」サポートをしております。

既に減量に成功しつつあるお客様や身体のコリが減ったお客様、姿勢が僅かに良くなったお客様も実際にいらっしゃいます。いずれも容易なことではないので、コツコツと継続して自分自身と向き合われているお客様の姿に良い刺激をいただいております。ナカトレに会員登録いただいた方は全員「初回30分無料」でご利用できます。

人間の身体は未知の可能性に溢れています。当初の目的とは違う発見ができることもパーソナルの醍醐味の一つと思います。皆様のご利用をお待ちしております。



目的により、ナカトレにない
珍しい道具も使用します

地域おこし協力隊については、町ホームページ
(ID1259)をご覧ください