

熊本復興支援プログラム

～ココロトカダラの健康を考える～

『ウェーブリングストレッチ 筋膜リリース』

講師：牧 直弘

NPO法人ウェーブストレッチ協会理事長
MAKIスポーツ代表

日時：4月14日(金)

時間：20:00～21:30

場所：みなみYMCA

定員：20名(予約制)

参加費：無料/500円(外部)

まき なおひろ
牧 直弘



▽プロフィール

1959年東京生まれ。
ボディアーチメイクアドバイザー、
ウェーブストレッチ考案者。国学院大学文学部史学科卒業後、
ミュージカルの勉強をしながらダンスと武道に励む。気功、太極拳、護身術、ダイエット指導、呼吸法から中国整体の施術など20年以上の様々な指導経験の中から身体のしなやかな動きの要である「ボディ・アーチ」に着眼し、独自の理論「ウェーブストレッチメソッド」を考案、ウェーブストレッチリングを開発する。2006年に特許、意匠、商標取得し、運動プログラム開発の研究開発のため、有限会社MAKIスポーツを設立。さらに健康に暮らせる社会の実現のため、NPO法人日本ウェーブストレッチ協会（2008年9月法人格取得）を設立、理事長に就任する。現在、ウェーブストレッチ普及の為、認定講習会、テレビ、雑誌などで活躍中。