

飯島 快枝

🗡️ 資格・実績（人・物）

- JYIAヨガインストラクター
- 全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会認定トレーナー
- 健康管理士
- レズミルズボディバランス本認定インストラクター
- レズミルズボディパンプ本認定インストラクター
- からだステーションアンバサダー
- 千葉そごうヘルスケアカウンセラー



🦋 プロフィール

生年：1986年

嫌いな食べ物：鰻

座右の銘：住めば都

好きな芸能人：香川真司選手 加藤ミリヤさん

好きな食べ物：チョコレート

1986年東京都江東区に生まれる。幼少期より千葉県四街道市で過ごす。

21歳 TVでヨガの特集を観る。ヨガの世界観に着かれ、なんとなくヨガや運動指導者になりたいと考える。

当時、ヨガの養成スクールを千葉に見つけられなかった為、ヨガや運動に携われる環境を探す。

結果、総合フィットネスクラブにて勤務し、ヨガレッスンを受けるようになる。

初めてのスタジオレッスンは、ボディパンプという、音楽に合わせた筋トレ系プログラム。

試験に受かるまでのトレーニングは、私にとって”初めての努力”だった。

23歳 これまでバイトの掛け持ちでフィットネス業界にいたが、フィットネス業界一本に注力。

当時は、筋トレをそこまで好きにはなれなかったが、お客様や自身のカラダの変化を目の当たりにし、仕事のやりがいを感じる。筋トレ食わず嫌いだった私だが、カラダの変化をきっかけに筋トレを好きになり始める。25歳 転職。女性専用マイクログジム（小型）の責任者となる。同時期、体重増加により、椎間板ヘルニアを発症する。

療養中にヨガの先生になりたい気持ちが再燃する。腰痛でもヨガであれば実施できるかもしれないと考える。予想通り、ヨガを継続する事ができ、腰痛改善に成功する。27歳 ヨガスタジオへ転職し、ヨガ資格を取得。翌年より、フリーインストラクターとして活動。剛（筋トレ）と柔（ヨガ）の経験を活かし、お客様の健康を追求したクラスの提供をコンセプトにする。

30歳、かつての上司だった吉田（@BlueOcean 代表）と10年ぶりに出会う。10年前、彼に「オレは起業する。起業したら、おまえはうちの会社に来い」と言われたのを思い出す。その言葉通り、誘われ、なんだか楽しそうだったので、起業に便乗する。