



隅田 咲 Saki Sumida

生年月日 / 1988.3.10

趣味 / クラシックバレエ、ゴルフ、お菓子作り

特技 / クラシックバレエ

<バレエ歴>26年以上

<バレエ・トレーニング歴>4年以上

- ・ NSCA 認定パーソナルトレーナー
- ・ バーオソルクニアセフメゾッド資格認定トレーナー
- ・ 中日文化センター講師
- ・ adidasballet マスタートレーナー

CATEGORY / バレエメソッドトレーナー・モデル

【経歴】

第 14 回こうべ全国洋舞コンクールジュニア 2 部 第 4 位

第 5 回オールジャパンバレエユニオンコンクール高校生の部 第 3 位

第 9 回 NBA 全国バレエコンクール高校生の部 第 3 位

※国内のコンクールで多数入賞する。

イタリアの国立ミラノ・スカラ座バレエ学校にスカラシップで留学。

バレエ、コンテンポラリーダンスなどを学ぶ。

帰国後、ユース・アメリカ・グランプリ 2008 に出場、日本予選第 2 位、
ニューヨーク本選ファイナリスト。

その後、ドイツ・エッセンバレエシアターで短期研修を受け、
愛知トリエンナーレバレエプログラムにソリスト役で出演する。

フィットネスインストラクター、バレエ講師の活動を経て、
NSCA 認定パーソナルトレーナー資格を取得して、現在はパーソナルトレーナーとして、
バレエの経験で得たノウハウと身体作りのトレーニングを融合させ、
大人のボディメイクから競技に取り組む子供まで指導している。



【賞歴】

第 14 回こうべ全国洋舞コンクールジュニア 2 部 第 4 位

5th バレエコンペティション 21 ジュニア B 部門第 3 位

第 2 回まちだ全国バレエコンクール中学生の部 第 2 位

第 17 回こうべ全国洋舞コンクール女性ジュニア 1 部第 8 位

第 37 回埼玉全国舞踊コンクール ジュニア部チャコット賞

8th バレエコンペティション 21 第 2 部門 第 2 位

第 5 回オールジャパンバレエユニオンコンクール 高校生の部 第 3 位

9th バレエコンペティション 21 第 1 部門 第 2 位

第 9 回 NBA 全国バレエコンクール 高校生の部 第 3 位・スカラシップ

ユース・アメリカ・グランプリ 2008 日本予選シニア部門 第 2 位・

スカラシップ、ニューヨーク本選 ファイナリスト

工藤大武氏の夏期講習会参加、招待生としてフランスへ短期留学。



【バレエ+トレーニングのメリット】

※美姿勢

バレリーナのような美しい姿勢が身につき、
優雅な身のこなしが身につき、日常の動作もスムーズに行えるように。

※しなやかに引き締まったボディライン

内もやおしりなど、鍛えにくい内側の筋肉を集中して使います。
がっしりした体型ではなく、しなやかに引き締まったスタイルに。

※体幹の強化

バランス力を向上し、軸の通った身体に。
ダンスや新体操を始めとするスポーツのパフォーマンスアップや怪我の予防にも。

※柔軟性アップ

バレエ独自の”股関節を開く動き”で、股関節から全身の柔軟性を向上します。

※身体への負担がない

重い負荷を使用するトレーニングと違い、自分の体重を使用し、身体への負担が少ないトレーニングです。
終わった後は全身の心地良さを感じていただけます。



株式会社みらいくる

[名古屋本社] 〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄 2-7-13 ヴィア白川 4階
TEL:052-253-7979 FAX:052-253-7959

[東京支社] 〒107-0062 東京都港区南青山 2-2-15 ウィン青山 620
TEL:03-6432-9044 FAX:03-6432-9045

<http://miraikuru.com>

