

講師紹介

ヴィハ ーラ ヨガ

一般社団法人Viha-la Yoga 協会 代表理事

松本 理恵 (まつもと りえ)



RIE MATSUMOTO

略歴

フリーアナウンサーとして、司会・CMナレーター・ラジオパーソナリティを務める。

並行して、ヨガの講師資格を 1999 年に取得し、各自治体・地域同好会・イベント・スポーツクラブ等での指導を担当する。

2004 年 ICP コーチングの認定コーチとなり、独立。ヨガとコーチング哲学の融合を目指した「コーチング・ヨガスクール Viha-la(ヴィハ ーラ)」を設立。精神と肉体のバランスを整える『Yoga de アフアーモーション』の普及に取り組む。NPO 法人ママ・ぷらすとのコラボレーションにより、インストラクターの養成・講師派遣のスクール運営を開始。

2013 年法人化にともない「一般社団法人 Viha-la Yoga 協会」代表理事に就任する。

ウーマックス

その他、株式会社Woomaxのプロフェッショナルパートナー講師として、人材教育の研修講師を兼務し、明確な理論とわかりやすい教え方で受講生からの支持を集めている。

心と体の調和、精神的自律と経済的自立をテーマに、キャリア開発・社員教育・コミュニケーション講座など、担当プログラムは多岐に渡り全国で幅広く活動する。

主な講師歴

※「 」内はテーマ

NPO 法人ママ・ぷらす 専属ヨガ教室運営、インストラクター養成講座 講師

中日文化センター LOHAS 講座 名古屋ライオンズクラブ「ヨガで疲れた身体と心をリフレッシュ」

「メタボ解消」講演 各自治体主催ヨガ教室 親子 de Yoga 講座

- ・経済産業省 起業家教育促進事業 「教員のためのコーチング研修」
- ・名城大学／金城学院大学「基礎ゼミ」・トライデント専門学校「キャリアデザイン」
- ・愛知県職員「コミュニケーション講座」「人材確保・育成&リーダーシップ研修」
- ・社会福祉協議会 「中堅職員研修」「ビジネスマナー研修」
- ・名古屋市生涯学習センター「子育てコーチング～ほめ方・叱り方～」
- ・名古屋市教育委員会 家庭教育セミナー「子どもの笑顔を引き出すコーチング」

他、民間企業でのマナー研修、リーダー研修、ファシリテーション研修、話し方講座など多数

その他資格

ICP コーチング 認定講師

タナダ式 NLP Professional Business and Life Coach of Tanada's System of NLP 取得

企業研修インストラクター Collaboship International Business Training 修了

アクティブ・ブレイン・セミナー 認定講師 (No.008)