

生活関連サービス業 (ヨガ・ジュニアスポーツ教室) KANA SUNNY PLANNING

石巻市立町

■代表者 坂本 佳那
■所在地 石巻市立町1丁目7-36

■創業日 令和5年3月21日

■営業時間 火曜～金曜 9:00～14:00
18:30～21:30
土曜 8:00～13:00

■休業日 日曜、月曜、祝日
■HP <https://kanasunnyplanning.jp/>



元トップアスリートが
「陸上」と「ヨガ」を
コーチング！



近隣に専用駐車場有。ヨガグッズ販売も行っています。



創業への想い

震災を機にヨガと出会い「生涯スポーツ」という概念を学ぶ

大学時、陸上競技者として最大の目標、学生日本一を達成、競技生活で得た経験や仲間は人生にとってかけがえのない財産となりました。引退後は東日本大震災を機にヨガと出会い「生涯スポーツ」という概念を学びました。新型コロナウイルス禍を経験し、スポーツをする機会を奪われた市民の暗い表情や姿勢を目の当たりにし、改めて運動不足が人の心身に及ぼす悪影響を実感、自身の仕事上の目的を達成するために解決すべき課題も浮上してきました。これらを解決するためには新設の個人ヨガスタジオやジュニアスポーツ教室設立が必要不可欠であると強く考え、開業を決意しました。



サービスへの想い・こだわり・特徴

石巻市の健康指数を全国上位に押し上げたい

石巻市は10年以上、肥満率全国ワースト上位。また、子供の基礎体力低下の要因の一つ、保護者の運動不足が悪循環のサイクルにつながっています。子供の陸上スクールと大人のヨガ教室を提供し両面から健康作りをサポート、体を動かすことが市民の生活習慣の一部となり活力ある地域づくりに繋がりたいと考えます。

【お客様の声】

陸上選手だった先生は体の使い方を熟知していることに加え、講習等で常に知識をアップデートしているので、ポーズが体のどこに効いているのかをとっても分かりやすく教えてくれます。明るい人柄も魅力で少しきついポーズも先生の明るい掛け声で不思議とみんな笑顔に。ハレルヨガ(かなぶう先生)は私のパワースポットです。

運動嫌い＆苦手＆更年期＆老化で、普段体も心も重い私ですが、HARERUに行くことでできないこと・辛いことも、笑って自然と身体を動かしてしまいます。歩くパワースポットかなぶうはもちろん、多彩なインストラクターさんの個性豊かなレッスンで、自分で自分の心と体を伸ばしてほしくて、鍛えてスッキリ整えることができます！終わると自分を愛おしく感じるから不思議です。



創業で苦労したこと

余裕を持ったオープン

現在店舗となっている物件と巡り会えた時、『思い立ったが吉日！』と、すぐにOPEN日を決め、スタートを切りました。ところが、店舗の契約、内装の打ち合わせ、創業支援補助金のプレゼン準備等スケジュール的にかかなり厳しく、開業前2か月はほぼ休みな作業してもOPEN前に内装が完成しませんでした。店舗の入り口のガラスの納入が間に合わず、代打としてアクリル板のような物をはめ込み、なんとかとなりました。今となっては笑い話です。皆様、スケジュールには余裕を持ってOPENを迎えてください。

支援で助かったこと、役に立ったこと

メンバーからのアドバイスや地域の企業に頼ること

私は当初新築の店舗を計画していましたが、創業開成塾に通い、先生や同期のメンバーからのアドバイスからテナントを借りる方向にシフトチェンジした結果、スムーズに開業する事ができました。また、活用できる支援金等の情報をいただいたり、プレゼンのサポートをしていただき、本当に助かりました。また、出来る限り地域の企業様に工事等を依頼。今でも関係が続き、店舗の宣伝をしていただきました。ご縁に感謝の日々です。

【創業のため活用した支援】

- 創業開成塾
- トライアルマーケット
- 石巻市創業支援補助金
- I-Biz相談
- 石巻市空き地・空き店舗活用事業助成金

これから創業する方へのアドバイス

ビジョン・ミッションを明確にすること

自分の想いが形になり、提供したサービスでお客様が喜んでくれる姿を見る度に、『やってよかったー！』と幸せな気持ちでいっぱいになります。ビジョン・ミッションを明確にして、やりたい事とことんやってみましょう。自分の好きな事を、好きな人と、好きな場所で出来るのは最高に楽しいです。創業して本当に良かった！



陸上スクールSUNNY

幼稚園年長からを対象とした基礎的なコースから、高校生までを対象とした本格的なトレーニングを取り入れたコースまで、年齢やレベルに合わせたクラスをご用意しています。体験・見学をご希望の方もお気軽に連絡ください。

