

ヨガインストラクター さとうしおみ
「YOGA SALON LILT」

長岡市宮内にてヨガサロン「YOGA SALON LILT」を主宰
ハタヨガ、シヴァナンダヨガなどを自身のサロンのほか、サンライフ長岡、クロスパル新潟で教室を開く。

アルビレックス新潟ベースボールクラブ選手ほかスポーツ選手にも個人レッスンを行う。