

かわいい♥モデル体型をつくる  
“美容バレエストレッチ”考案

**奈々子**

Nanako

- ◆美容家
- ◆美容サロン「coco♥madonna」を経営
- ◆“美容バレエストレッチ”考案
- ◆元age嬢(雑誌「小悪魔ageha」「姉ageha」モデル)



### 【小顔&美ボディの秘訣は オリジナルの「美容バレエストレッチ」】

超小顔に、スラリを長い足を持つ、スタイル抜群の奈々子さん。運動も筋肉トレーニングも苦手！というその秘訣は、オリジナルで考案した「美容バレエストレッチ」！

幼少期からクラシックバレエを始め、新体操、バントワリングなど、バレエが基礎となる競技を18歳まで続け、バレエの基礎の大切さを実感したのが考案のきっかけです。

バレエの未経験者・初心者が対象で、難しいバレエのテクニックではなく、その人に合った体の使い方や、美しく見せるポイントなど美しくなるためのストレッチ。股関節、背中、肩周りの柔軟性を向上させ、バレリーナのようなきれいな姿勢としなやかボディを作ります。



バレエストレッチで養われたインナーマッスルのお陰で、腹筋が割れているそうです。

1986年生まれ。名古屋出身・在住。  
2007年より雑誌「小悪魔ageha」でモデルとして活躍。同時期に名古屋の姫系ブランドの店員兼イメージモデルを務めカリスマモデルとなり、人気を集める。

以来、テレビや雑誌で自身の美容法が広まり、2012年に美容サロン「coco♥madonna」をオープン。小顔や美白、バレエストレッチの総合美容をレクチャーしている。ハーブティーアドバイザーとして美容ハーブの効果や飲み方のレッスンも人気。

また、ファッションブランド「ナナチミ」や、無添加・自然派の基礎化粧品、サマンサタバサやハローキティなどとコラボしたバッグなどもプロデュースした。

さつまいも愛好家で、ローソンとコラボし、「さつまいものモンブラン」を発売したこともある。

奈々子式  
バレエ  
ストレッチ  
効果

- ♥適度な筋肉・インナーマッスル
- ♥細い身体のライン作り
- ♥脂肪燃焼効果で、ダイエットにも◎
- ♥姿勢が良くなり、綺麗なボディラインに！

### 【ハーブティーを美容の味方に！】

ハーブティーは、女子力UPに必須！美容の目的に合わせてハーブを使い分けます。ジュースやお酒と割って、手軽に美味しく作れる美容ハーブカクテルは美容の心強い味方です。



奈々子式  
美容ハーブ  
の  
使い方

- ♥ダイエット中の栄養補給には・・・  
「ビタミンCの爆弾」と異名を持つ『ローズヒップ』
- ♥肌荒れや疲れている時には・・・  
「自然のスポーツドリンク」的役割『ハイビスカス』

### 【WORKS】

☆奈々子式美容法「美容バレエストレッチ」「美容ハーブ」etc.

☆化粧品やファッション、スイーツブランド商品のプロデュースetc.

取材・お仕事のご依頼は、ホワイトナイト(株)久保まで TEL: 03-5414-2831