

# CASSEY HO

LONDON  
SPEAKER  
BUREAU

- Award-winning fitness instructor, Entrepreneur and Online Personality



## Topics

- Environment
- Health
- Lifestyle
- Social Media
- Society

Cassey Hoは、受賞歴のあるフィットネスインストラクター、起業家、オンラインパーソナリティです。彼女はBlogilatesのYoutubeの#1の女性フィットネスチャンネル、3億人以上のビデオビューと280万人の購読者の創作者です。革命的なパートナーシップの中で、2009年にYouTubeで発売されたCassey独自のフォーマットPOP Pilatesは、米国内の24時間フィットネスジムで利用できるライブクラスになりました。彼女は最も売れている本、Hot Body Year Roundの作者であり、彼女自身のアクティブウェアラインPOP FLEXのデザイナーです。

Casseyは、2009年にWhittier Collegeで生物学の優等学位を取得して卒業しましたが、医学で彼女のキャリアパスを追求しないことにしました。大学在学中、彼女はNAFCとNESTAおよびBalanced Body Universityの認定を受けた後、ピラティスを2年生として小さなスタジオで教え始めました。大学1年生の時、彼女は私のマットやジムのものに合うほどスタイリッシュな、または十分な大きさのヨガバッグが見つからなかったときにoGorgeousを立ち上げようと奮い立ちました。SHAPEマガジンとウェンディウィリアムズショー。

Casseyはピラティスを10年間やっていて、今日まで6.5年間教えています。ポップピラティスは、ポップミュージックとピラティスを組み合わせることでクラス内でユニークでエキサイティングなエネルギーが生み出されたことを認識しながら、彼女がジムで教えていたときに設立されました。

POP Pilatesは現在、世界中でフォロワーとファンを獲得しています。Casseyは、FITNESS Magazineによって2012年のBest Healthy Living Bloggerに選ばれました。彼女は、Sharecareの2番目に影響力のあるオンラインパーソナリティーで、ジリアンマイケルズに次ぐ2番目です。