

ボディキネシス

インストラクター養成コース ～広島～

2017年 1月 7日(土) 11:00~18:00
8日(日) 10:00~17:00

※時間は予定 ※休憩1時間含む



3軽エクササイズ® “身軽&気軽&手軽” に機能改善をより深く学べる養成コースです!

基礎を徹底的に学ぶ 実践的内容!!

単なる機能改善の体操方法を伝えるにとどまらず、人体の機能・加齢に伴う疾患などを基礎理論から学びます。実技は機能改善体操の指導ができることを目指す実践的な内容です。

3軽エクササイズ® より深く学べる!!

腰痛、肩凝り、膝痛などの改善を簡単な体操で予防、解消することができます。
自分の身体を自分で動かす(セルフコンディショニング)の体操を学ぶことで、様々な現場で提供することができます。

活動事例

幅広い現場で行われています!
勿論! 活動の幅も広がります!

- ・フィットネスクラブ
- ・企業フィットネス
- ・市町村の健康講座
- ・デイサービスの運動教室
- ・介護予防教室
- ・行政主催の健康講座 など

●受講費用(税込)

- 一般 : 52,862円(テキスト, ボール代含む)
- 登録員(初回) : 48,182円(テキスト, ボール代含む)
- 登録員(再受講) : 23,760円

※認定登録希望の場合、登録料5,400円(税込)がかかります。
当協会の登録員であることが条件となります。
(協会登録料5,400円(税込))

●定員: 15名(先着順) ※人気の講習会ですのでお申し込みはお早め!

●担当講師: 尾陰 由美子(当協会会長/健康運動指導士/他) 岩崎 浩美(当協会講師/健康運動指導士/他)

●持参物: 動きやすい服装、スポーツタオル、筆記用具 ご自分がお使いの解剖学の本(基礎的内容の本でOKです)

●会場: スタジオみんなの部活(予定) TEL:082-848-6469

広島市安佐南区高取北1-4-30サンビル4階

☆アストラムラインでお越しの方へ

高取駅出入口3の階段を降りて左手がサンビルです。
ビル左手奥から入り、エレベーターで4階へどうぞ。



尾陰 由美子



岩崎 浩美

【再受講の方へ】

テキストとボールを必ずご持参下さい。
忘れた場合は、ボールをご購入いただけます。
再購入の場合
テキスト:2,160円、ボール1,166円

【主催・お問合せ先】

(株) 広島元気いっぱいプロジェクト

電話・FAX 082-848-6469

スタジオ 070-5301-6469

Mail info@genkiippai.jp

URL <http://www.genkiippai.jp/index.html>

【お申込み】

(株) 広島元気いっぱいプロジェクト

●HPセミナーお申込みフォームより

<http://genkiippai.jp/seminar.html>

●facebook

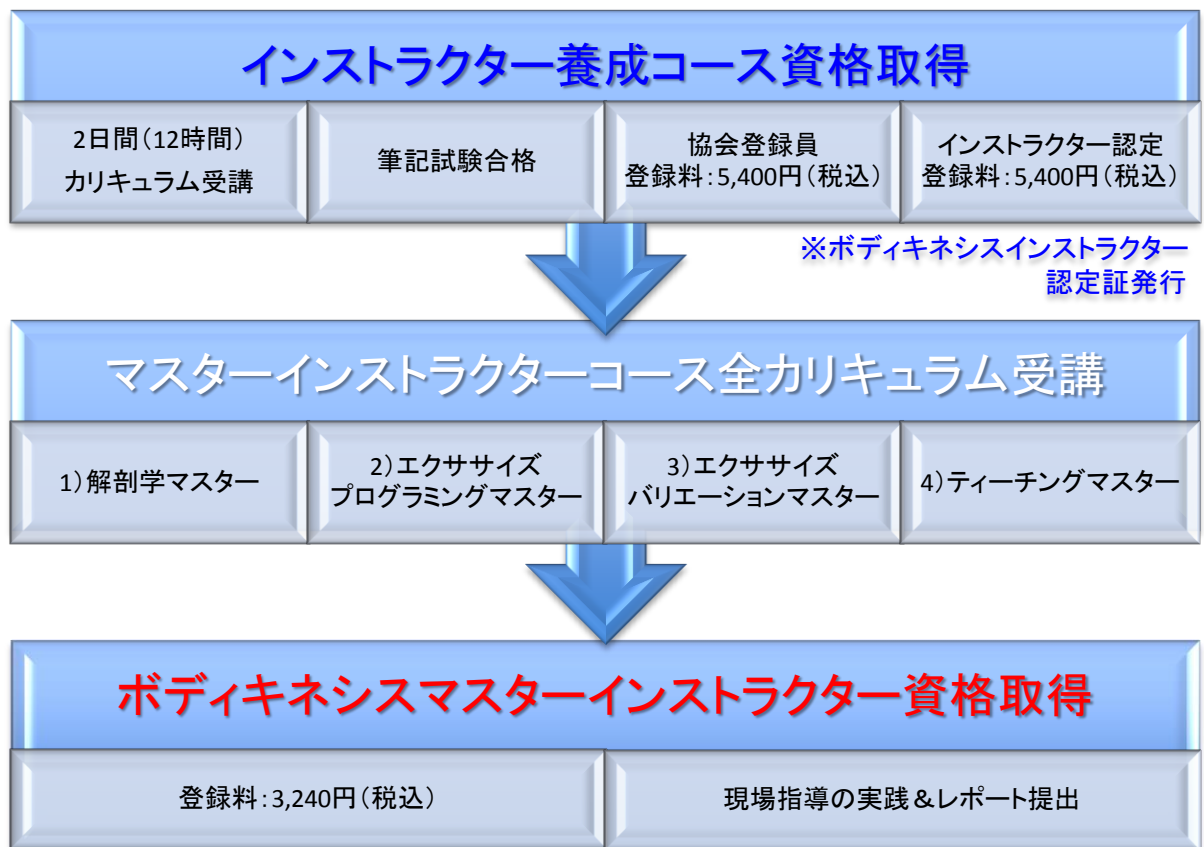
☆お役に立つセミナー開催してます!

◆ボディキネシスインストラクター養成コースカリキュラム

| | | | | | |
|------------|-------------|-----|----------------------|-------|-------|
| 1/7 (土) | 10:30～11:00 | | 受付 | | |
| | 11:00～11:30 | 0.5 | 開校式, オリエンテーション, 自己紹介 | | 尾陰・岩崎 |
| | 11:30～12:30 | 1.0 | 機能改善体操概論 | 講義 | 尾陰 |
| | 12:30～13:30 | 1.0 | 機能改善体操プログラミング | 講義&実技 | 尾陰 |
| | 13:30～14:30 | 1.0 | 休憩, ランチタイム | | |
| | 14:30～15:30 | 1.0 | モニタリング | 講義&実技 | 尾陰 |
| | 15:30～16:00 | 0.5 | 腰痛改善のためのモデルレッスン | 実技 | 岩崎 |
| | 16:00～18:00 | 2.0 | 腰痛改善体操の習得と指導 | 講義&実技 | 尾陰 |

| | | | | | |
|------------|-------------|-----|--------------------|-------|-------|
| 1/8 (日) | 10:00～10:30 | 0.5 | 肩こり改善のためのモデルレッスン | 実技 | 岩崎 |
| | 10:30～12:30 | 2.0 | 肩こり改善体操の習得と指導 | 講義&実技 | 尾陰 |
| | 12:30～13:30 | 1.0 | 休憩, ランチタイム | | |
| | 13:30～14:00 | 0.5 | 膝痛・股関節痛のためのモデルレッスン | 実技 | 岩崎 |
| | 14:00～16:00 | 2.0 | 膝痛・股関節痛改善体操の習得と指導 | 講義&実技 | 尾陰 |
| | 16:15～16:45 | 0.5 | 筆記試験 | | 岩崎 |
| | 16:45～17:00 | 0.5 | 修了式 | | 尾陰・岩崎 |

◆ボディキネシス指導者養成コース受講システム◆



※ボディキネシスマスターインストラクター認定証発行

■マスターインストラクターコースカリキュラムについて■

4つのカリキュラムのうち、「1)解剖学マスター」はどなたでも受講可能です。
その他のカリキュラムは、インストラクター養成コース受講者のみ受講可能となります。