

2017年4月15日（土）スタート！ドロップイン受講も可能！ 第3期シニアエクササイズ指導者養成コース

■実践的養成コース■

ドイツの運動療法やコーディネーションの考え方を基本に、楽しく、心地よいエクササイズを習得するための実技中心のコースです。介護予防の現場、サークル活動、ポストリハビリとしてさまざまな場面で活用することが可能です。



■全日程：18：00～21：00 3時間

クール・日程		カリキュラム	担当
1	4月15日	加齢の生理学と解剖学	尾陰
2	5月13日	アイスブレイクとほぐし体操	梅本
3	7月15日	タオルや椅子を使ったストレッチ	橘
4	8月12日	ペットボトルやゴム紐を使った筋トレ	梅本
5	9月16日	グループワーク① ボールを使った体操	玉川
6	10月14日	グループワーク② スティックを使った体操	玉川
7	11月18日	コーディネーション お手玉体操, 歌体操	石井
8	12月16日	クラスメイク① 椅子に座って20分間のクラスプログラミング	橘
9	1月13日	クラスメイク② 立位になって20分間のクラスプログラミング	梅本
10	2月17日	認定試験, 修了式	全員

■卒業生の声（こんな声を頂いています！）

椅子、タオルを使った体操のバリエーションが増えました！
実践的な養成コースなので、すぐに現場でアウトプットができます！
何よりも「指導力」のスキルが上がりました！参加者の反応の違いを感じます！

■受講料

一般：130,800円（協会登録料，認定登録料代含む）

登録員：125,400円（認定登録料含む）

再受講：60,000円

※現金でお支払いの場合、受講料+1,080円がかかります。

■担当講師

尾陰 由美子・梅本 道代・橘 千鶴

玉川 純子・石井 誠

■ご相談に応じます！■

是非！当協会にご連絡を下さい。
ご要望に応じてご相談に応じます

■会場■

からだの学舎 Re-fit

<http://karadanomanabiya.com/>

〒591-8023

大阪府堺市北区中百舌鳥町5丁764-2

中百舌鳥ビル2F

TEL&FAX: 072-260-4085

介護施設，高齢者施設への運動指導者の派遣
健康体操教室のプログラム作成，導入方法
施設のスタッフ向け運動指導研修 など



【申込方法】

■インターネット環境をお持ちの方

①

→

※特記事項欄にご希望の講座を入力して下さい
※申込完了は返信メールが届いてからになります

② 受講料をお振込み下さい ※申込受付から10日以内

■インターネット環境をお持ちでない方

① ☎072-253-1757 協会事務局までお電話下さい

② 📠072-253-1757 F A Xにて申込用紙をお送り下さい

③ 受講料をお振込み下さい ※申込受付から10日以内

【営業時間】 平日 10:00～16:00 ※留守番電話での受付は致しかねます

【振込先】 三菱東京UFJ銀行 泉ヶ丘支店 普通 4730531
特定非営利活動法人 いきいき・のびのび健康づくり協会

申込日 年 月 日

第3期 シニアエクササイズ指導者養成コース 受講申込書
(2017年4月15日～2018年2月17日：大阪)

フリガナ	(性別) 男 ・ 女		
氏名	(生年月日) 西暦でお書き下さい 年 月 日 (満 歳)		
住所 〒			
連絡先(自宅)	(FAX)		
(携帯)	(メール)		
指導内容	指導年数	指導内容	指導年数

〔受講料〕 ※該当する□に✓印をつけて下さい

- 一般 : 130,800円
- 登録員 : 125,400円
- 再受講 : 64,800円

〔受講料の振込みについて〕 ※必ずご記入下さい

お振込日	年	月	日
振込銀行	銀行		
	支店		
受講料	円		

●振り込まれた受講料は、ご返金できません。ご本人が参加できない場合は、代理人の方をたてられることをお勧めします。