



体験会 & 説明会

リズムキネシス インストラクター養成コース

まずは！体験してみませんか？

体験会 & 説明会開催日(3回とも、同じ内容で行います。) 無料です！



- 1) 7月23日(月)
13:00~14:30
- 2) 7月28日(土)
19:00~20:30
- 3) 8月6日(月)
13:00~14:30

担当講師



尾陰 由美子

当協会会長
健康運動指導士/他



梅本 道代

当協会理事
企画事業部チーフ
健康運動指導士/他



石井 誠

当協会認定講師
健康運動指導士/他

＼このような方にオススメです／

- ♪ 高齢者の為の体操を目指す方
- ♪ 音楽に合わせた指導をしたい方
- ♪ 特に指導経験のない方
- ♪ 久しぶりに現場復帰する方

リズムキネシスとは？(商標登録出願中)

- ・音楽を使って動くグループレッスン
- ・リズムを活用したシンプルなお酸素運動
- ・リズム感を養う脳トレ運動

<会場>

からだの学舎Re-fit

[住所] 〒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] 072-260-4085

・南海高野線「中百舌鳥駅」南口

・地下鉄御堂筋線「なかもず駅」6番出口より徒歩4分(Y' mobileの2F)



<申込方法 ①電話申込>

- (1) 下記までお電話下さい ※留守番電話での受付は致しかねます
● 協会事務局：072-253-1757 (月～金曜 ⇒10:00～16:00)
(2) 申込用紙に必要事項を記入の上、協会事務局までFAX (072-253-1757) をお送り下さい

<申込方法 ②メール申込>

- (1) 協会ホームページ <http://www.ikinobi.org/> の「講習会申込」画面を
読み取り必要事項を入力してメール送信を行って下さい
(2) 確認の返信メールをお送りします
※申込完了は返信メールが届いてからとなります
※営業時間外に届いたメールは、返信が遅れることがございます

FAX番号⇒072-253-1757まで！

申込日 年 月 日

第1期リズムキネシスインストラクター体験会&説明会申込書（大阪会場）

〔フリカナ〕		〔性別〕 (男・女)	
〔氏名〕		〔生年月日〕 西暦でご記入下さい 年 月 日(満 歳)	
〔住所〕〒 —			
〔連絡先〕(自宅) (FAX) (携帯) (MAIL) 〔勤務先名と住所〕 勤務先名 : 〒 — (TEL) (FAX)			
指導内容	指導歴(年)	指導内容	指導歴(年)

〔希望日時〕※該当する□に✓印をつけて下さい

- ☐ 7月23日(月)13:00～14:30
☐ 7月28日(土)19:00～20:30
☐ 8月 6日(月)13:00～14:30

〔聞いてみたいこと〕※事前に聞いておきたいことがありましたら、下記にご記入下さい。

◆第1期リズムキネシスインストラクター養成コース カリキュラム 月曜日 13:00～15:00

1	8月27日	開校式、リズムキネシス体験、リズムセッション①
2	9月10日	リズムセッション② キューイングの練習
3	10月1日	リズムセッション③ 指導練習、リズムストレッチ①
4	10月15日	リズムストレッチ② 手本の見せ方
5	10月29日	リズムストレッチ③ 指導練習、リズムウォーキング①
6	11月5日	リズムウォーキング② 声かけの方法
7	11月19日	リズムウォーキング③ 指導練習、リズムコーディネーション①
8	12月3日	リズムウォーキング④ 指導練習、リズムコーディネーション②
9	12月17日	リズムコーディネーション③ 指導練習、リズムストレッチのアレンジ①
10	1月7日	リズムストレッチのアレンジ② 指導練習、リズムウォーキングのアレンジ①
11	1月21日	リズムウォーキングのアレンジ② 指導練習、PDSとレッスンメイク
12	2月4日	30分間オリジナルレッスンメイク
13	2月18日	リズムキネシス認定試験(希望者のみ認定試験料:5,400円)

ご希望の方は、自主練：月曜日15:15～16:15 からだの学舎Re-fitをご利用可能です。

個人的に空き時間で練習したい場合は、お一人540円／hで使用できます。(要事前予約)

◆Q&A

Q: 産後で、数年ぶりに運動指導の復帰をしようと考えています。この養成コースは私でもついていけるでしょうか？



A: はい。大丈夫です。個人の理解度に応じて対応させていただきますので、ご安心して受講して頂けます。



Q: 運動愛好家で、フィットネスクラブに通っています。運動することが、心身にいい！ことを伝えたい！という思いがあります。このような養成コースは初めてです。私が受講しても大丈夫でしょうか？



A: 毎回のカリキュラムで、前回行なった振り返りも行いながら進めていきます。実践形式の養成コースなので、身体でしっかりと理解して頂けます。



Q: 専業主婦で、普段はウォーキング程度の運動を行っています。もともと運動が好きで、いつか運動指導者になりたい！と思っていました。この度、チャレンジをしようと検討しています。体力もない方ですが、ついていけるでしょうか？



A: この養成コースは、実技中心ですのでカリキュラムを受講するごとに体力はついてきます。過去に、専業主婦の方が、運動指導を勉強して、今ではご自分でスタジオを持たれている方もおられます。

