



大阪開催！
リズムキネシスの
基礎習得コース！

第4期リズムキネシス インストラクター養成コース (基礎科)

2日間でリズムキネシス を習得して頂きます！



開催日：2020年2月8日（土）10:00～17:00
9日（日）10:00～17:00（両日共、休憩1時間含む）

＼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

◆受講料（税込）
 非登録員：52,800円
 協会登録員（初回）：46,200円

◆最小遂行人数 5名
 上記の人数に達しない場合は、開催を見送ることもございます。

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



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

◆お問合せ＆お申込みは、いきのび協会事務局
 072-253-1757 又は、info@ikinobi.org
 まで！

◆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・火・木・金曜 ⇒10:00~15:00)
- (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/> より、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
- (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

振込先:三菱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

FAX番号⇒072-253-1757まで!

申込日 年 月 日

第4期リズムキネシスインストラクター養成コース (基礎科) 申込書 (大阪府会場)

〔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)

〔受講料〕※該当する口に✓印をつけて下さい

〔振込みについて〕※必ずご記入下さい

<input type="checkbox"/> 非登録員 52,800円
<input type="checkbox"/> 登録員 (No.: N-) 46,200円

お振込日	月	日
受講料	円	

【下記の内容を必ずご確認下さい!】

- 当日、直接ご入金の場合は、受講料にプラス550円を頂きます。
- 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。
- 銀行振込の際の明細書をもって、領収証とさせていただきます。

◆第4期リズムキネシスインストラクター養成コース(基礎科) カリキュラム(大阪府会場)

1	2月8日(土)	リズムキネシス体験
2		1)リズムセッション プログラム内容を体感&覚える
4		2)リズムストレッチ プログラム内容を体感&覚える
5		3)リズムウォーキング プログラム内容を体感&覚える
7	2月9日(日)	リズムキネシス指導練習
8		1)手本の見せ方
9		2)キューイング
10		3)参加者とのやりとり

◆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: 2日間のカリキュラムで、前日に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、2日間、実技中心です。全身を心地よく、そしてバランスよく使って動くので、全身のスッキリ感を体感して頂けます。過去に、専業主婦の方が運動指導を勉強して、今ではサークルを立ち上げて活動されている方もおられます。

