



笑顔を引き出すインストラクターになりませんか？

第11期アクアキネシス® インストラクター養成コース

日程：2022年5月22日（日）オンライン学習 15:00～17:00もしくは20:00～22:00
29日（日）10:00～17:30 会場：JSSスイミングスクール松原

アクアキネシス®とは

当協会が提唱する『3 軽エクササイズ®』として展開する水中プログラムです。

20年間のヨーロッパ研修の中から生み出された身体機能向上の為のアクアプログラムです。

スイス、ドイツなどヨーロッパで行われる水中運動療法の考え方を、疾病、怪我予防や健康プログラムに応用した内容です。重力が軽減された不安定な水中環境の中で、筋肉や結合組織の強張りをほぐし、関節可動域を改善し、バランスよく筋出力を上げることで効率的な身体全体の動きを獲得することができます。

講師



尾陰 由美子
当協会会長
アクアキネシス®考案者



梅本 道代
当協会企画事業部チーフ
アクアキネシス®プロジェクトスタッフ

アクアキネシス®の特性

- ・不良姿勢（猫背、反り腰など）の改善
- ・痛みの軽減（医師の運動許可が必要）
- ・加齢による筋力、柔軟性の低下を予防
- ・バランス機能の向上
- ・動作機能の向上
- ・転倒予防、認知機能の向上
- ・中高年世代のロコモティブシンドロームの予防
- ・産後ママには、産後の身体の調子を整える
- ・仕事のストレスからくる不定愁訴の改善 など

受講料

非登録員：52,800円（税込）

協会登録員：46,200円（税込）

再受講：26,400円（税込）

※当協会のコンテンツが初めての方は、受講料にプラス事前WEB動画学習『ボディキネシス®概論・プログラミング』4,400円（税込）が必須となります。

※アクアキネシス®認定登録料 5,500円（税込）

但し、当協会登録員であることが条件（登録料 10,000円）

受講した感想



お客様の満足度が得られること
間違いなしです！

○アクアキネシスという聞きなれない言葉でとても興味があり参加に至りました。自分にとって、とても身近な水というものをこんなにうまく利用するのかと勉強させていただきました。

○伝えたい方の顔がたくさん浮かぶ講習会でした。現代の人間に本当に必要なプログラムだと感じました。

詳細・お申込みはこちら

お問い合わせ

NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会

mail : info@ikinobi.org

TEL:070-8563-7872 (10:00～15:00)

