

第13期アクアキネシス® インストラクター養成コース

会場

田園都市カルチャー&健康スポーツセンター
〒216-0033 神奈川県川崎市宮前区宮崎2-3-5
TEL:044-854-3771

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
- ・仕事のストレスからくる不定愁訴の改善 など

2024年5月3日（金・祝）9:30～16:30

無料説明会

受講システムの確認や疑問点の解消にお役立てください。

- 3月9日（土）18:30～19:00、19:15～19:45
- 3月23日（土）11:30～12:00、13:00～13:30、13:45～14:15
- 4月10日（水）20:30～21:00、21:15～21:45

受講料

事前学習動画、事前動作練習代込み

非登録員：55,000円（税込）

協会登録員：52,800円（税込）

再受講：22,000円（税込）

※再受講の方で事前動作練習希望の方は、別途11,000円（税込）

別途、事前動作練習の日程があります。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

講師

リアルに受講するからこそ！担当講師と直接、会話ができる！受講者同士のコミュニケーションがとれる！
疑問点もすぐに聞いて、すぐに解決できる！自分自身の動作（お手本となる動き）のコツがリアルに習得できる！
自分自身のグループレッスンの「指導方法の見直し」「指導力を上げる！」ことができる！
年に1度の養成コースです。お申し込みを心からお待ちしています。



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



茂木 伸江
当協会講師
アクアキネシス®
プロジェクトスタッフ

Skillup Information

同日開催！水中機能改善体操のレッスン活用法

【第1部】17:00～18:00

アクアキネシス®からのアクアダンス

【受講料】

アクアキネシス®認定者：各講座：3,300円（税込）

一般・登録員：各講座：4,400円（税込）

【第2部】18:00～19:00

機能改善に焦点をあてたアクアダンスとアクアツールエクササイズ

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（水土日祝休日 10:00～15:00）

