

2010年度【広島ワークショップ】

現場で生きる！

『運動指導者のスキルアップセミナー』

JHCA-FC 継続単位適応講座

■初めての方でも『解りやすいから、身に付きやすい！』セミナーの流れ



起

講義(理論)



承

実技解説



転

実技運動指導演



結

実技習得度チェック



運動指導法習得

§ 全6講座『JHCA-FC 継続単位』適応講座

■ワークショップとは？

運動指導現場では、たくさんのニーズ(要望)に対応できる基礎と応用力が重要になります。

基礎編から実践応用編まで、ご自身のスキルに合わせた講座をお選びください。

現場で多いニーズに特化した、ケーススタディ講習会となり、全てのコースが「運動指導現場実践形式」なので、すぐに現場で役立つ、うれしいコース内容となっております。



■現役！運動指導者の私達が講師を担当します



伊藤 純哉



山本 哲二



佐久間 美奈



小林 祐二



佐藤 友樹



波多野 麻美

■受講料金

| | 対象 | 料金(税込) |
|------|---------|----------|
| 受講料金 | JHCA 会員 | 5,250 円 |
| | 他団体会員 | 6,300 円 |
| | 一般 | 10,500 円 |

※他団体会員(資格認定者)

- T-Condition (FNC 認定者)
- 健康運動指導士会(実践指導者・指導士)
- NSCA ジャパン(CPT・CSCS)
- 日本 G ボール協会(正会員・準会員)
- JAJFA(各種認定者)

■お問合せ・お申込



特定非営利活動法人

日本ホリスティックコンディショニング協会

Japan Holistic Conditioning Association

〒105-0014

東京都港区芝 3-3-10 芝園オーシャンビル 7 階

TEL03-5730-6081 E-MAIL info@j-holistic.org

FAX03-5730-6082 http://www.j-holistic.org/

<http://www.j-holistic.org/>

■広島ワークショップセミナー『カリキュラム』

| No. | カテゴリー | カリキュラム | 日程 | 時間 | JHCA 単位 |
|-----|-------|---|-----------|-------------|-------------------|
| 1 | 機能改善 | ■肩コリに対する、運動アプローチ ・運動指導現場で最も多い「肩コリ」に対する機能的アプローチ方法 | 05/29 (土) | 13:00-16:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |
| 2 | 基礎 | ■身体機能から考える、ストレッチ方法 (上肢編) ・柔軟性アンバランス改善ストレッチ (上肢編) | 05/30 (日) | 10:00-13:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |
| 3 | 基礎 | ■身体機能から考える、ストレッチ方法 (下肢編) ・柔軟性アンバランス改善ストレッチ (下肢編) | | 14:00-17:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |
| 4 | 代謝 | ■「姿勢改善アプローチ」と「ヒップアップアプローチ」 ・ボディメイク！女性クライアントへの必見アプローチ方法習得 | 12/11 (土) | 13:00-16:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |
| 5 | 基礎 | ■身体機能から考える、ストレッチ方法 (上肢編) ・柔軟性アンバランス改善ストレッチ (上肢編) | 12/12 (日) | 10:00-13:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |
| 6 | 基礎 | ■身体機能から考える、ストレッチ方法 (下肢編) ・柔軟性アンバランス改善ストレッチ (下肢編) | | 14:00-17:00 | FC 継続単位 3.0 付与 |

■JHCA 会員特別 Plan

JHCA ワークショップセミナー 【JHCA 会員限定パック】

§ 全パック (6 カリキュラム)

通常 ¥31,500. ⇒ ¥28,350. (10%オフ！)

§ 1/2 パック (3 カリキュラム)

通常 ¥15,750. ⇒ ¥15,000. (5%オフ！)

※各割引プランの定員は、先着 10 名様迄とさせていただきます。

お申込は、お早めにお問い合わせ致します。