

神奈川衛生学園専門学校 トレーニング指導者セミナー



【講習会の目的】

スポーツ技術の高度化に伴い、スポーツで求められる筋力や持久力、協調性、敏捷性など、様々な体力要素が必要とされています。技術レベルが体力レベルを大きく上回ると傷害に繋がります。健康運動指導士や健康運動実践指導者などのトレーニング指導者が、体力づくり、傷害予防のためのトレーニングが正しく指導できるよう、講習会を開催いたします。

【単位の認定】

この講習会は健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として講義 2.0 単位、実習 5.0 単位が認められます。(認定番号 176450)

※同一内容の講習を複数回受講した場合、2 回目以降は単位が認定されません。

【開催日時】 2017年8月27日(日) 10:00～18:00 (受付9:30～)

【内容】

時 間	内 容
10:00 ～ 12:00	講義：安全で効果的なトレーニング指導のための基礎知識
12:00 ～ 13:00	実習：ウォーミングアップの指導方法と注意点
13:00 ～ 14:00	昼 休 み
14:00 ～ 16:00	実習：レジスタンストレーニングの指導方法と注意点
16:00 ～ 18:00	実習：自重トレーニングの指導方法と注意点

講 師：三井健太郎 神奈川衛生学園専門学校専任教員(健康運動指導士、健康運動実践指導者)

対 象：健康運動指導士、健康運動実践指導者 ※本校在校生・卒業生以外の方も参加可能です

定 員：30名(先着順 定員になり次第締め切り)

参加費：10,000円

会 場：神奈川衛生学園専門学校(神奈川県横須賀市佐野町2-34)

持ち物：スポーツウェア、室内シューズ、タオル、筆記用具、飲み物

健康運動指導士または健康運動実践指導者登録証

申し込み方法・・・別紙の申込書に記入の上、FAXにてお申し込みください。

申し込み締め切り・・・8月10日(木)(定員になり次第締め切り)

神奈川衛生学園専門学校(神奈川県横須賀市佐野町2-34)

TEL: 046-850-6310

FAX: 046-850-6311

神奈川衛生学園専門学校 トレーニング指導者セミナー 申 込 書

【単位の認定】 この講習会は健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として講義 2.0 単位、実習 5.0 単位が認められます。(認定番号 176450)
※同一内容の講習を複数回受講した場合、2回目以降は単位が認定されません。

【受講料】 10,000円 総合受付にてお支払い下さい ※ご入金後の返金は致しかねます

【会場】 神奈川衛生学園専門学校 (神奈川県横須賀市佐野町 2-34)

【日時】 2017年8月27日 (日) 10:00 ~ 18:00

【持ち物】 スポーツウェア、室内シューズ、タオル、筆記用具、飲み物
健康運動指導士または健康運動実践指導者登録証

【申し込み】 下記の申し込み記載事項をすべて記入の上、FAXにてお申し込みください。
申し込み締め切り 8月10日(木) (定員になり次第締め切り)

FAX 046-850-6311

フリガナ <氏名>		男・女
<現住所> (アパート名まで記入してください) 〒		
<メールアドレス>		
<TEL> <携帯>	<健康運動指導士・健康運動実践指導者登録番号>	
*お持ちの運動指導資格・医療資格、運動指導歴など		

神奈川衛生学園専門学校
神奈川県横須賀市佐野町 2-34
TEL : 046-850-6310
FAX : 046-850-6311