

健康運動指導士
健康運動実践指導者 各位

日本健康運動指導士会新潟県支部
支部長 佐藤敏郎

平成 30 年度新潟県支部第 2 回研修会のご案内

- 主 催 NPO 法人日本健康運動指導士会
- 主 管 日本健康運動指導士会新潟県支部
- 後 援 (公財)健康・体力づくり事業財団
健康日本 21 推進全国連絡協議会
- 目 的 健康運動指導士、健康運動実践指導者に対し、資質の向上を図ることを目的とする
- 日 時 平成 30 年 12 月 2 日 (日) 10:00~16:00
- 会 場 新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター 大研修室
新潟市中央区清五郎 67-12 デンカビッグスワン内
- 対 象 健康運動指導士、健康運動実践指導者
- 定 員 60 名 (先着順)
- 受講料 会員 5,400 円 (税込) 非会員 10,800 円 (税込) 当日お支払いください
- 申込期間 平成 30 年 10/29~11/22
- 申込先 日本健康運動指導士会新潟県支部
E-mail : niigata@jafias.net TEL/FAX : 025-257-4435
新潟医療福祉大学健康科学部健康スポーツ学科
佐藤敏郎研究室内
- 申込方法 上記 E-mail アドレスに下記事項を添えてお申し込みください。
 - ①氏名 (ふりがな)
 - ②登録番号
 - ③日本健康運動指導士会の会員か非会員か
 - ④連絡先 (住所と日中連絡の取れる電話番号)
 - ⑤領収証の必要な方は「宛名」を明記してください。

※当日は受付で健康運動指導士証・健康運動実践指導者証 (顔写真付きカード) を提示してください。

- メールで申込まれた方には可能な限り申込確認を返信していますが、受信拒否の設定をされていますと確認メールが返信されません。下記事項をお読みの上対応をお願いいたします。

モバイルやパソコンにドメイン設定 (受信拒否設定) をされている方の場合、受講確認の返信メールをお届けすることができません。
ドメイン設定を解除していただくか、「jafias.net」を受信リストに加えていただきますよう、お願い申し上げます。

9:20	受付開始（これより早く来られても受付はいたしません）	
9:55	オリエンテーション	
10:00	<p>実習</p> <p>『コンディショニングで心身を整える』</p> <p>～頑張らない、どこでもできる運動で心と身体を「良い状態（快習慣）」へ導く～</p> <p>コンディショニングトレーナー</p> <p>一般社団法人日本コンディショニング協会会長</p> <p>株式会社ハースコーポレイション CTO</p> <p>有吉 与志恵 先生</p>	
	<p>「鍛える」前に「整える」</p> <p>「リセットコンディショニング」と「アクティブコンディショニング」の2つの手法で筋肉に弾力を取り戻し、骨配列を整え、正しい筋肉の使い方を覚えることで動作の改善を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 上肢コンディショニング ・ 下肢コンディショニング ・ センターコンディショニング <p>の3手法を行うことにより、歪みやコリも改善し、筋肉本来の動きをトレーニングで得ることができます。</p>	
12:00	<p>午前の部終了</p> <p>休憩・昼食</p>	
13:00	午後の部開始	
16:00	終了	
		合計 5単位

★午前のみ、午後のみ受講はできません。

NPO 法人日本健康運動指導士会のご案内

当会は、健康運動指導士・健康運動実践指導者の皆様の職能団体です。当会への入会につきましては、下記の本部事務局まで、健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録番号・氏名・郵便番号・住所・電話番号を明記の上、「入会資料希望として」FAXまたはe-mailにてお知らせください。折り返し郵送にて入会のご案内をお送りいたします。

入会資料申請先：NPO 法人日本健康運動指導士会本部事務局 宛

〒105-0004 東京都港区新橋6丁目20番1号 ル・グーラシエ BLDG. 1-602

FAX：03-5472-5820 e-mail:office@jafias.net

（支部研修会の申込先とは異なります。ご注意ください）