

健康スポーツ関連施設連絡協議会主催

平成25年度 第4回定期研修会

開催期日 平成 26 年 2 月 24 日(月) 14 時 00 分～17 時 00 分
開催場所 コープ健康スポーツクラブ 3 階体育館 (神戸市東灘区田中町 5-3-20)

※JR 住吉駅下車 国道 2 号線を東へ約 8 分

40 名 (先着順)

参加費 一般一人 4,000 円。健康スポーツ関連施設連絡協議会会員は無料。

内 容

実習 「ウェーブリングエクササイズ」 (180 分)

いま注目を集める「ウェーブストレッチリング」を使ったプログラムを体験、学習する。

この「ウェーブリングエクササイズ」は「ウェーブストレッチ」を基本とし、「コアウェーブ」「ウェーブリングヨガ」「ウェーブピクス」「ウェーブリングアクアダンス」など多くのプログラムを展開でき、パーソナルでも色々な使用方法で活用されている。

機能改善はもとより、野球・サッカーのプロチームやマラソン・水泳・テニス・ゴルフなどでも効果を上げている。昨年より大々的に使用されるようになったプロ野球読売ジャイアンツでも選手のコンディショニングに役立っている。

2009 年、当時まだ新しいエクササイズとして注目され始めたころに、いち早くわが健スポの研修会のテーマとして取り上げ紹介したこのウェーブストレッチング。5 年の時を経て、進化したウェーブストレッチエクササイズを、改めて実感してみませんか。前回受講された方も、勿論、今回はじめての方にも十分理解でき、楽しんでいただける内容で指導します。

講師 加藤 聖治 かとうせいじ

<講師紹介>日本ウェーブストレッチ協会関西支部 支部長

ウェーブストレッチ マスタートレーナー、健康運動指導士

現在、神戸・滋賀・奈良でウェーブストレッチの指導や機能改善の教室を担当。またマスタートレーナーとしてウェーブストレッチベーシック認定講習を行い、その卒業生は 500 人を越える。

単位認定 健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新単位 (実習 3 単位)

THP 指導者レベルアップ研修認定 (2 単位)

兵庫県医師会推奨指導員認定単位 2 単位 (当協議会会員のみ)

申込方法 参加希望者は、所定の申込用紙に必要事項を記載し、郵送または FAX で申し込む。

◇ 申 込 先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局

〒655-0893 神戸市垂水区日向1-4-1-3F KTVフレスコ内

FAX. 078-704-2141

申込締切 平成 26 年 2 月 7 日 (金)

連絡先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 (TEL. 078 - 704 - 2137)

申 込 用 紙

健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 御中

平成 25 年度第 4 回研修会に参加申込みします。

申込み日： 平成 年 月 日

◆⇒次のいずれかに
○をつけてください。

	健康スポーツ関連施設連絡協議会の加盟施設職員である
	健康スポーツ関連施設連絡協議会の個人会員である
	その他

団体名・施設名			
住 所	(〒.....-.....)		
連 絡 先 <small>※昼間に連絡可能なところ</small>	TEL	FAX	携 帯.....
	メール		
出席者氏名 (ふりがな)	資格種類と認定番号	① 健康運動指導士 ② 健康運動実践指導者 ③ THP 指導者	
1			
2			
3			
送 付 先： (問い合わせ)	健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 <b style="font-size: 1.2em;">FAX: 078-704-2141 (住所) 〒655-0893 神戸市垂水区日向 1-4-1 KTV フレスコ内 (電話) 078-704-2137 080-6129-6858 (ホームページ) http://www.health-jp.net/		
申込み期限	平成 26 年 2 月 7 日(金) 必着		
健康スポーツ関連施設連絡協議会では、個人会員を募集しています。 年4回の定期研修会に無料で参加できるほか、AED インストラクター認定講習会等においても、加盟施設と同等の条件で参加できます。また、加盟施設も引き続き募集しています。 詳しくは、ホームページ (http://www.health-jp.net) をご覧ください。 お問い合わせ・ご入会申込みは、事務局まで。(電話 078-704-2137)			