

主催:岩手県 (公財)岩手県スポーツ振興事業団
後援:(公財)健康・体力づくり事業財団

高齢者健康・体力づくり 指導者セミナー



日時

2019年
7月5日 金 9:50-16:30

【会場】岩手県営武道館[大道場]
(住所:岩手県盛岡市みたけ3-24-1)

講義

実習

9:20~9:50 受付
9:50~10:00 開会行事
10:00~12:00
「高齢者の身体特性と健康づくり」
13:00~14:30
「自立した生活を支える運動法①」
14:45~16:15
「自立した生活を支える運動法②」
16:15~16:30 閉会行事

<講義・実習講師>



中田 幸恵 先生

・YUI FITNESS COMMUNITY主宰
・日本コンディショニング協会コンディショニングインストラクター
ジュニアコンディショニングトレーナー
・健康体力づくり事業団健康運動実践指導者
・ホームヘルパー1級
・盛岡市介護予防教室・成人向け教室講師
・テレビ岩手アカデミー・NHK文化センター講師 等

◇本セミナーは、「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」の更新に必要な単位認定の講習会となります。
◇有資格者の方は、当日の受付にて「健康運動指導士証」「健康運動実践指導者証」の提示をお願いします。
◇受講後に受講証明書を交付いたします。

<募集人数> 120名(先着順となりますのでお早めにお申し込み下さい。)

<参加料> 健康運動指導士・健康運動実践指導者 2,000円 一般参加者 1,000円 (当日受付での支払い)

<申込方法> 申込用紙に必要事項をご記入の上、FAX又はメールにてお申し込み下さい。(申込書は事業団HPよりダウンロードして下さい。)

FAX:019-643-5947 メール:iwa.spo.shinko@gmail.com

<申込期間> 2019年5月27日(月)~6月28日(金)

<持ち物> 筆記用具、クリップボード、動きやすい服装、室内履き、スポーツタオル・バスタオル各1枚(実技で使用)、飲み物、昼食

<お問合せ> 公益財団法人 岩手県スポーツ振興事業団 総務企画課 TEL019-641-1129