

アクティビティリーダー (AL)

養成講座 in 仙台

募集要項



■日 時： 2018年 **10月13日** (土) 9:00～17:30

■場 所： 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス

■主 催： 東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室

■講 師： 斎藤 昌宏 INWA<国際ノルディックウォーキング連盟>公認 ナショナルトレーナー

■受講料： 12,960円 (税込／テキスト代、実技・学科試験料込み)

※認定には試験合格後、別途「NPO法人日本ノルディックフィットネス協会 (JNFA)」に
認定料3,240円とJNFA入会費・年会費の納入が必要です。

■定 員： 20名 (最少遂行人数12名)

■締 切： 2018年**10月6日** (土) ※定員になり次第締め切り

■受講基準： 下記の基準を満たす方

ノルディックウォーキング (以下：NW) の経験があり、
講習中のトレーニングやグループワークをこなせる心身共に健全な方。
かつ、NWの魅力を紹介するために、NWとポールを使用したウォーミングアップ・
クーリングダウン等について学習に意欲のある方。

■持参物： 筆記用具、NWに適した服装・シューズ、帽子、水分、昼食、
NWポール (レンタルポールも用意しております<有料300円：税込>)
※実技時の荷物入れは、ウェストポーチ・リュック等をご用意ください。
※降雨でも屋外実技を実施します。雨天時は着替えもご準備ください。

■申込方法： 仙台元気塾事務局にTEL、FAX、またはEメールでお申込みいただき、
開講5日前までに受講料をお振込みください。
※講座当日の詳細については、後日郵送する開講案内をご確認ください。

■講座内容： 受付開始 8:45～

9:00～ オリエンテーション		13:00～	
9:05～	<p>【講義】</p> <ul style="list-style-type: none">◆NWの歴史とINWA国際的NW普及◆JNFAと各インストラクターレベルの紹介◆NWの用具◆NW指導法の紹介◆ウォーミングアップとクーリングダウン		<p>【実技】</p> <ul style="list-style-type: none">◆ウォーミングアップ◆基本テクニック練習・2km歩行◆クーリングダウン <p>【実技試験】</p> <ul style="list-style-type: none">◆テクニックのビデオ撮影◆ウォーミングアップ・クーリングダウン指導 <p>【講義】</p> <ul style="list-style-type: none">◆テクニックチェック・評価 <p>【筆記試験】</p>
12:10～	昼食休憩		

※当日の状況による時間割の入替えや延長等、変更になる場合もあります

※講義及び実技内容を動画・静止画・録音で記録することはご遠慮いただきます

●料金はすべて税込み (8%) 価格となります

○東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター
予防福祉健康増進推進室 仙台元気塾®

〒983-8511 仙台市宮城野区榴岡 2-5-26 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス地下1階

【受付時間】月～金：9:00～17:00 土：9:00～12:00 (日・祝日はお休み)

TEL ◇ **022-742-2886**

URL ◇ <http://www.tfu-ac.net/yfkc/>

FAX ◇ **022-742-2887**

Mail ◇ info@tfu-ac.net

WEB サイト

仙台元気塾

検索



face book もやっています

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室

検索

