

ベーシックインストラクター (BI)

養成講座 in 仙台

募集要項



■日 時: 2017年 **12月9日** (土) 9:00-18:00

■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: 齋藤 昌宏(東北福祉大学 准教授)

(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: **23,660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10,800円の納入が必要です

■定 員: 16名 (最少遂行人数8名)

■締 切: 2017年11月29日(月) (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

アクティビティリーダー(AL)取得後、概ね6カ月以上が経過し、
ALとして3回以上のNW普及活動がある方。
JNFAの会員登録が済んでいる方

※申込後、受講前までにAL取得後の活動実績レポートを提出いただきます



■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あります<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: 申込書に必要事項をご記入の上、仙台元気塾事務局(予防福祉健康増進推進室)にTEL・FAX
又はEメールでお申込み頂き、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でご確認ください。

■講座内容: 受付開始 8:50~

9:00~	オリエンテーション	13:00~	【講義】 ◆運動強度の計算、心拍計装着 【実技】 ◆ウォーミングアップ ◆テクニック練習+4km歩行 ◆テクニックのビデオ撮影 ◆NW指導実践(グループワーク) ◆10ステッププログラム指導(実技試験) 【講義】 ◆テクニックビデオ鑑賞など
9:05~	【講義】 ◆NWと健康 ◆NWの運動生理学 ◆心拍計の装着及び使用説明 ◆NWにおけるリスク管理 ◆10ステッププログラム ◆コミュニケーションスキル		
12:10~	昼食休憩	17:20~	筆記試験(20分)・筆記試験振返り

※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

【お申込み・お問合せ】



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

TEL 022-208-7792

FAX 022-208-7791

Mail info@tfu-ac.net

仙台
元気塾

〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149
東北福祉大学 雄翔館1階

〔受付時間〕月-土(日・祝日はお休み)
9:00~17:30

WEB

仙台元気塾

検索

