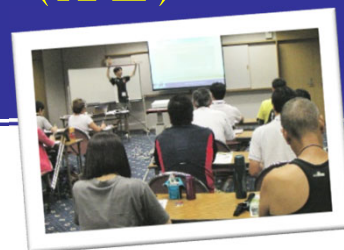


アクティビティリーダー (AL)

養成講座 in 仙台
募集要項



■日時： 2019年9月21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： 齋藤 昌宏 INWA認定 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： 2019年9月13日(金) ※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： 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3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~	【実技】 ◆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 【実技試験】 ◆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 【講義】 ◆テクニックチェック・評価 【筆記試験】
9:05~	【講義】 ◆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		
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



WEB サイト

仙台元気塾

検索



〒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)

facebook もやっています

TEL◇ 022-742-2886

FAX◇ 022-742-2887

URL◇ <http://www.tfu-ac.net/yfkc/>

Mail◇ info@tfu-ac.net

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

