

# 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

●健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新講習会に申請中！ [取得予定単位：講義3.3単位 / 実技3単位]

- 日 時： 2019年1月19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 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)  
※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： 2019年1月12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

アクティビティリーダー(AL)取得後、概ね3ヶ月以上が経過し、  
JNFAの会員登録が済んでいる方。

※お申込み後、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、ウエストポーチ・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~	<b>【実技】</b> ◆ウォーミングアップ ◆テクニク練習+2km歩行 ◆クーリングダウン <b>【実技試験】</b> ◆テクニクのビデオ撮影 ◆10ステッププログラム指導 <b>【講義】</b> ◆テクニクのチェック・評価 <b>【筆記試験】</b>
9:05~	<b>【講義】</b> ◆NWについて ◆現代社会と健康・運動 ◆NWの運動生理学 ◆運動処方の実際 (HREモニター) ◆NWにおけるリスク管理 ◆INWAの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		



※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)

TEL◇ 022-742-2886

FAX◇ 022-742-2887

URL◇ http://www.tfu-ac.net/yfkc/

Mail◇ info@tfu-ac.net

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