

九州スポーツクラブ協議会共催 特別講座

令和4年12月11日(日)

先着順

優待価格とは：九州スポーツクラブ協議会加盟施設スタッフ及び受託指導者

10分ランチフィットネス及びパラディソ体操ライセンス保有者

●場 所：スタジオ パラディソ 福岡市南区平和1-2-23 森山ビル4階

第1部 からだほぐしインストラクター養成講座



- 時 間：10時～13時 ●定 員：各12名
- 参加費： 一般8800円 優待価格 5500円(税込み)
- 講 師：小丸桂子氏 10分ランチフィットネス教育トレーナー  
【健康運動指導士・実践指導者更新単位 講義0.5+実技2.5/ Jafa 3単位】

グループ指導や健康講座で活躍の場が多い「10分ランチフィットネス®」のウォーミングアップの役割をする3分間のプログラムが「からだほぐし」です。受講後、登録をするだけで、オリジナルの楽曲が使用できます。

第2部 運動指導者のためのフォロー講座「肋骨と肩」



- 時 間：14時～17時 ●定 員：各20名
- 参加費： 一般8800円 優待価格 5500円(税込み)
- 講 師：原田奈名子氏 京都女子大学地域連携研究センター客員研究員  
国立大学法人佐賀大学名誉教授  
【健康運動指導士・実践指導者更新単位 講義1+実技2/ Jafa 3単位】

「肋骨と肩」をテーマに絞った、目からウロコのワークショップが展開されます。当日は、今年2月に出版された「はたらく女性のためのボディーワーク」の本も販売します。



【申込方法】QRコードから申し込みからご入金までスムーズです。

又は、以下をご記入の上、FAX:092(524)2281(24時間受付)をお願いします。

開催場所・お問い合わせは 092(524)2245 10分ランチフィットネス協会まで



申込に○をご記入ください

第1部 「からだほぐしインストラクター」養成講座	( ) 一般 8,800円	( ) 優待 5,500円
第2部 運動指導者のためのフォロー講座「肋骨と肩」	( ) 一般 8,800円	( ) 優待 5,500円
※氏名	※年齢	才 勤務先
※住所	〒	※性別 男・女 (所属)
※連絡先	※携帯電話：	メールアドレス：
保有資格	※単位申請書を希望する方は、交付には番号が必要ですので必ず記載して下さい。	
	□Jafa(番号： ) □健康運動指導士(番号： )	
	□健康運動実践指導者(番号： ) □その他 ( )	

主催：一般社団法人 10分ランチフィットネス協会 TEL：092-524-2245

福岡市南区平和1-2-23 森山ビル4階

(博多駅B・C乗場69番 山荘通バス停まで16分+徒歩1分、天神より電車で平尾駅まで3分+徒歩5分)