

ノルディックウォーキング フォーム習得 & グループストレッチ講座

2人の
ナショナル
トレーナー
に学ぶ!

【JNFA認定の資格所有者:更新単位 3 単位認定】※単位申請料540円別途必要

ノルディックウォーキングのフォームを理想のフォームに近づけるためのトレーニング法と、グループやペアで楽しく行えるポールを使ったストレッチの方法・ポイントを、2人のナショナルトレーナーがお伝えします!

日時 2017年6月4日(日)

10:00 ~ 16:30(休憩含む)

料金 一般 8,500円(税込) / 仙台元気塾 塾生 6,500円(税込)

※資料、フィードバックDVD含む
※仙台元気塾は、東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室が運営する会員組織です。入塾すると塾生料金が適用されます。詳しくはお問合せください。

会場 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス

宮城県仙台市青葉区榴岡 2-5-26

対象 NW有資格者、NW愛好者

定員 40名

講師 齋藤 昌宏 Masahiro Saito



東北福祉大学 健康科学部医療経営管理学科 准教授
国際ノルディックウォーキング連盟(INWA)認定
ナショナルトレーナー



星 勝久 Katsuhisa Hoshi
東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室 健康運動指導士
国際ノルディックウォーキング連盟(INWA)認定
ナショナルトレーナー

締切 5月30日(火)
※お早めにお申し込みください!

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
仙台元気塾 予防福祉健康増進推進室
仙台元気塾 検索

国見ヶ丘キャンパス 〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149 東北福祉大学 雄翔館 1F
TEL:022-208-7792 FAX:022-208-7791 Mail:info@tfu-ac.net

仙台駅東口キャンパス 〒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
TEL:022-742-2886 FAX:022-742-2887 Mail:info-east@tfu-ac.net

1 講義/撮影

理想のフォームについての講義および普段のフォームの撮影を行います

おひとりずつ講師からのコメント

2 講義/実習

グループストレッチについての講義および実習を行います

3 実習/撮影

フォーム改善トレーニングの実習および実習後のフォームの撮影を行います

おひとりずつ講師からのコメント

4 まとめ/質疑応答

後日お一人お一人へ
フィードバックDVDと、
講師からのコメントが届く!

※スケジュール等変更になる場合がございます。予めご了承ください。

講師 齋藤 昌宏 Masahiro Saito

東北福祉大学 健康科学部医療経営管理学科 准教授
国際ノルディックウォーキング連盟(INWA)認定 ナショナルトレーナー

東北福祉大学大学院 総合福祉学研究所 修士課程修了
現在、東北大学大学院 医学系研究科 博士課程に在籍中
東北福祉大学での学生指導の傍ら、介護予防の運動プログラム開発
や実践を推進している
健康運動指導士、日本赤十字社救急法指導員の資格を保有

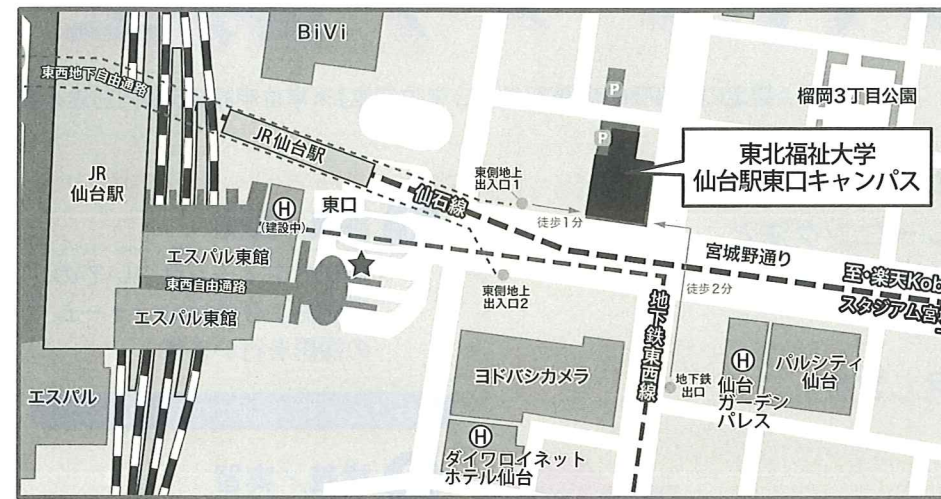
星 勝久 Katsuhisa Hoshi

東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室 健康運動指導士
国際ノルディックウォーキング連盟(INWA)認定 ナショナルトレーナー

仙台大学体育学部卒業
東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室での健康増進・介護予防運動
教室の指導の他、自治体の運動リーダー養成講座の講師を務めている
2015年 INWA認定ナショナルコーチ取得
東北各地でのNW教室・イベント・体験会の講師として活動する他、
NWインストラクター養成講座講師も担当している

会場 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス

宮城県仙台市青葉区榴岡 2-5-26



【会場アクセス】

JR仙台駅 東口より徒歩3分

◆東西地下自由通路「出入口1」より地上に出るすぐ。

◆公共交通機関をご利用ください。仙台駅東口キャンパスには、専用駐車場および、駐輪場がありません。付近の有料駐車場、駐輪場をご利用いただけますようご協力をお願いいたします。

お申し込み TEL、FAX、Eメール のいずれかでお申し込みください。

TEL ◆ 022-208-7792

【受付時間】平日 9:00 ~ 17:00 / 土 9:00 ~ 12:00 ※日祝休

FAX ◆ 022-208-7791 メール ◆ info@tfu-ac.net

【受講料について】

当推進室受付にて直接入金いただくか、郵便局にて下記口座へ払込みください。

【口座番号】 02250-0-79726

【加入者名】 東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室

※払込手数料は、お客様ご負担をお願いいたします。
※入金後、キャンセルによる返金はできませんので、予めご了承ください。

— 開講 1 週間前に「開講案内」をお送りします。開始時間・会場をご確認ください。 —

講座申込書

【記入日 年 月 日】

フリガナ				生年月日	昭和 平成	年	月	日 (才)
氏名								
住所	〒() () ()							
固定電話番号	() () ()	-		携帯電話番号	() () ()	-		
メールアドレス	@							
保有資格				主な活動先				
NW歴	<input type="checkbox"/> 1年以内	<input type="checkbox"/> 1年~3年	<input type="checkbox"/> 3年~5年	<input type="checkbox"/> 5年以上	※該当する年数にチェックを入れてください。			
講師への質問								

FAX ◆ 022-208-7791

*申込書に記載いただいた皆様の個人情報は、当該目的以外には利用することはありません。
*送付の際、FAX番号をお間違えになりませんようご注意ください。