



NPO法人 日本ノルディックフィットネス協会(JNFA)認定養成校  
ノルディックウォーキング インストラクター養成講座2016

## アクティビティリーダー (AL) 養成講座

【平成28年4月24日(日) 講座コード:AL 1502】

募集要項



■日時: 2016年4月24日(日) 9:00-18:00

■場所: 宮城県仙台市

■受講料: 12,960円(税込)(テキスト代、実技・学科試験料込み)

■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: 星 勝久(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 健康運動指導士)

(INWA<国際ノルディックウォーキング連盟>ナショナルコーチ)

※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(最少催行人数12名)

■締切: 2016年4月15日(金)(定員になり次第締め切り)

■受講基準: 教室・講習会・体験イベント等への参加、日常的な実践など、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、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、NWとポールを使用したウォーミングアップ・クーリングダウンなど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310円:税込>)。○実技時の荷物入れは、両手が塞がらないウエストポーチ・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: ①TEL・FAX 又はEメールでお申込みください。  
②開講10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 8:45~

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】 ◆NW指導体験 ◆テクニクビデオ撮影 ◆ウォーミングアップ・クーリングダウン等実技試験 【講義】 ◆テクニクビデオ鑑賞など
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	17:20~	筆記試験(20分)・筆記試験振り返り

※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

締切日以降に受講申込みを希望される場合は、下部連絡先までご一報くださいますようお願いいたします

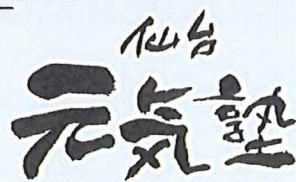
### 【お申込み・お問合せ】

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

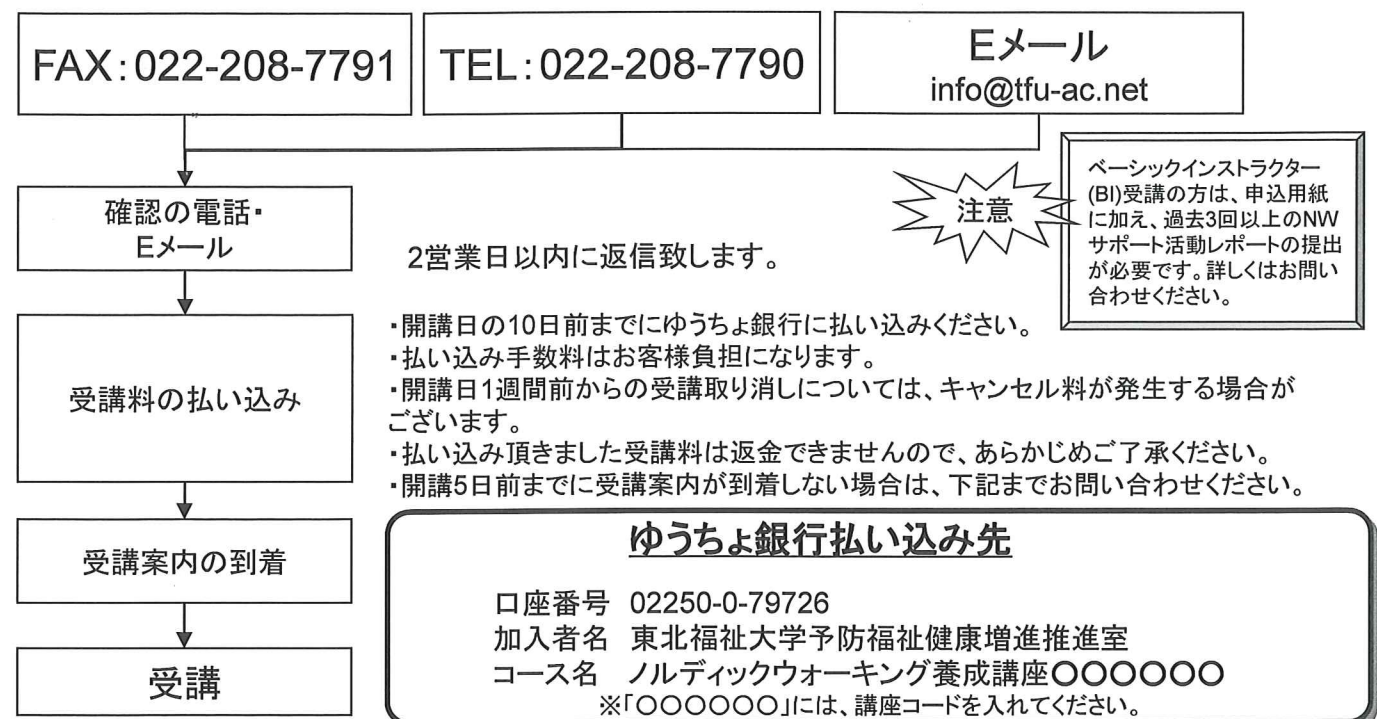


〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149  
東北福祉大学 雄翔館1階

〔受付時間〕月一土(日・祝日はお休み)  
9:00~17:30

WEB 仙台元氣塾 検索

### ■お申し込みの流れ



### 受講申込用紙(FAX送信用紙) ➡ FAX番号:022-208-7791

氏名	ふりがな	性別	生年月日
		男・女	大・昭・平 年 (西暦 年) 月 日生
住所	〒 -		
勤務先 所属先 サークル	お持ちの健康増進・健康管理等に関わる資格(任意記入)	<input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 <input type="checkbox"/> 看護師・保健師 <input type="checkbox"/> 管理栄養士・栄養士 <input type="checkbox"/> 理学療法士 <input type="checkbox"/> 作業療法士 <input type="checkbox"/> その他( )	
TEL	FAX		
E-mail			
受講講座	<input type="checkbox"/> AL <input type="checkbox"/> BI	講座コード	
ポール レンタル	<input type="checkbox"/> 必要(身長: cm) <small>有料(¥310)でのご利用となります。当日支払い。</small> <input type="checkbox"/> 不要	JNFA会員番号 AL認定年月日 <small>BI受講者のみ記述(必須)</small>	JNFA会員番号: AL認定年月日: 年 月 日 AL講座主催団体( )
NW歴	<input type="checkbox"/> 半年未満 <input type="checkbox"/> 1年以内 <input type="checkbox"/> 1年~3年 <input type="checkbox"/> 3年以上		
取得目的	<input type="checkbox"/> 仕事の必要上 <input type="checkbox"/> 個人的スキルアップ <input type="checkbox"/> その他( )		

<お問い合わせ>

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:022-208-7790 FAX:022-208-7791 E-mail:info@tfu-ac.net  
〒989-3201 宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘6-149 東北福祉大学雄翔館1F

送信月日: 月 日