

平成26年度 JAF資格更新研修会

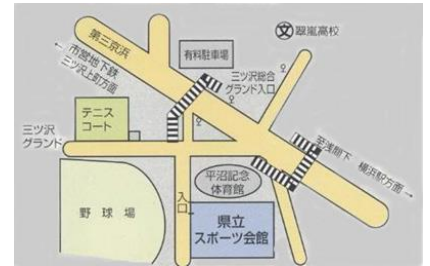
JAF 認定資格者、及び（公財）日本体育協会公認エアロビック指導者更新セミナー

（一般愛好者の方も参加出来ます。資格をお持ちの方は必ず更新希望資格を記入願います。）

開催日：2014年10月19日(日)

会場 神奈川県立スポーツ会館 2階・会議室／3階・体育館
横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1

交通 / 横浜駅西口より市営バス・相鉄バスで⑦～⑩番ポール乗車
「三ツ沢総合グラウンド」下車1分



★会館の駐車場はご利用になれませんので、お車でのご来館はご遠慮ください。

主催 公益社団法人日本エアロビック連盟 主管 神奈川県エアロビック連盟

内容 スローエアロビックの特徴の「Simple」「Smile」「Soft」で誰でもできるエアロビックを提案します。

<p>【講義】</p>	<p>「スローエアロビックの運動効果について」 ～キッズと高齢者の身体特性を中心に～ 講師：東 健太郎 八千代リハビリテーション学院 理学療法学科専任教員 こどもの発育発達の過程でみられる動作や反射、反応を通して、キッズ・ジュニアの動きの特徴を理解すると共に、成熟した運動機能が加齢によりいかに変化していくか具体例を挙げながら紹介していきます。スローエアロビックならではの運動効果を、身体の機能と構造の視点から実体験し理解を深めていきます。</p>
<p>【実技】</p>	<p>「スローエアロビック」キッズ・ジュニアに向けて ～成長著しい子どもが、すくすく育つ、素直にのびる～ 講師：梶原 和歌子 (公社)日本エアロビック連盟認定 指導専門委員 エアロビックを基礎とした、発育発達体操を紹介します。 発育の過程をなぞりながら、正しい姿勢および動作を学習します。 また、「手」「足」「からだ」のリズムを整えながら、協応動作へと展開します。</p> <p>「スローエアロビック」高齢者に向けて ～即！指導に活用できるプログラム～ 講師：関口 美恵子 (公社)日本エアロビック連盟認定 指導専門委員 指導対象となる皆様の甘酸っぱい青春時代のヒット曲にのせて、簡単な5つの動きで構成した作品を紹介します。 動きは、転倒予防につながる肩・胸・腰・脚にかけて基本的な動きから複合的な回旋運動まで組み込みました。指導対象となる皆様が笑顔で歌いながら動け、健康寿命の延伸にもつながるプログラムを提案します。</p>

参加費 JAF 認定資格者、公認エアロビック指導者、JAF 個人賛助会員：10,000円 / 一般：14,000円

更新対象となる資格 一回の研修会で更新できるのは一資格のみとなります

<p>≪（公社）日本エアロビック連盟認定資格≫（注1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キッズ・ジュニアエアロビック指導員 ・アクアエアロビック指導員（Ⅰ種・Ⅱ種） 	<p>≪（公財）日本体育協会公認資格≫（注2）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エアロビック教師 ・エアロビック指導員 ・エアロビック上級指導員
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

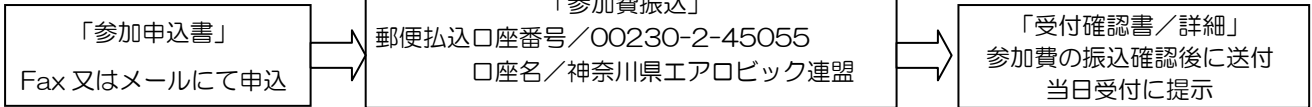
（注1）JAF 認定資格を更新するためには有効期限（2年間）の間に1回以上の更新研修会参加が必要です。

（注2）公認資格を更新するためには有効期限（4年間）の6ヶ月前までに、JAF あるいは日本体育協会の認める研修会参加が必要となります。

平成26年度 JAFエアロビックセミナー

申 込

■申込手順



- 申込先：Fax 0467-77-3708 (ヒラノ) / e-mail kaf-event@kir.jp
 - 振込先：郵便払込口座番号/00230-2-45055 口座名/神奈川県エアロビック連盟
 - 問合せ：神奈川県エアロビック連盟 事務局 Tel&Fax 0467-77-3708 (ヒラノ)
e-mail kaf-event@kir.jp URL <http://kaf.kir.jp/>
- ※個人情報：登録で知り得た個人情報は、適切に管理し、当連盟からのお知らせ以外使用いたしません。

《スケジュール》予定	
9：30	受付
10：00	講義
12：00	昼食
13：00	実技
16：00	事務連絡
16：15	終了

申込先 Fax 0467-77-3708 (ヒラノ)

受付期日：2014年10月7日まで

《参加申込書》

お申し込み日 月 日

フリガナ			性別	年齢
氏名				
住所	〒			
更新希望資格	賛助会員 No			
TEL/FAX			参加費振込日	
携帯番号			月 日	
メール	@			