

## 現場で使えるフィットネスセミナー

このセミナーは、健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として講義：2.0 単位、実技：4.0 単位が認められます。(認定番号：236655)

本セミナーは一般社団法人 PHYSICAL FITNESS が健康運動指導士、健康運動実践指導者、スポーツクラブトレーナー・インストラクター、地域スポーツ指導者、学校体育教員などを対象にしたものです。

【日程】令和5年11月23日(木)

【会場】岡垣サンリーアイ(視聴覚室)

【定員】30名 【参加費】一般価格：8,000円 / PHYSICAL FITNESS 会員：5,000円

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため予定が変更になる場合がございます。

詳細は Web 上でご案内いたします。

時間	講義・実技内容	講師
9:30~10:30	(講義) 体幹部の構造と理解	大曾 智 大原学園専門学校非常勤講師
10:40~12:40	(実技) 体幹部エクササイズの実際	大曾 智 大原学園専門学校非常勤講師
12:40~13:20	休憩	
13:20~14:20	(講義) 膝関節・股関節の構造と傷害の発生要因	深川 清隆 福岡リゾート&スポーツ専門学校非常勤講師
14:30~16:30	(実技) 膝関節・股関節の傷害予防エクササイズの実際	深川 清隆 福岡リゾート&スポーツ専門学校非常勤講師

### <申し込み方法>

申込書に必要事項をご記入の上、郵送またはホームページよりお申込みください。

【主催】一般社団法人 PHYSICAL FITNESS

【後援】岡垣町

【会場案内】岡垣サンリーアイ(視聴覚室)

〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間1丁目2番1号

【事務局】一般社団法人 PHYSICAL FITNESS

〒811-4231 福岡県遠賀郡岡垣町海老津3丁目16-23

ホームページ：[www.physicalfitness.jp](http://www.physicalfitness.jp)

お問合せ：090-5949-6752 (岡本)



↓↓↓ FAX: 093-383-5071

現場で使えるフィットネスセミナー 申込書			
フリガナ 氏名	_____	年齢	才
		性別	男・女
住所	〒 _____	所属先	
メールアドレス		電話番号	
保有資格	健康運動指導士(番号: _____)	健康運動実践指導者(番号: _____)	