

平成29年度第17回本部講習会(二日間講習会)H30. 3. 17-18 愛知会場のお知らせ

今年度の8月までNPO法人日本トレーニング指導者協会と共同で開催してまいりました特別講習会「トレーニング指導スキルアップ講習会」ですが、皆様により受講いただき易くするため、本部講習会(二日間講習会)として開催致します。

本講習会は、二日間の日程で、「運動プログラムの開発やトレーニングプログラム作成に必要なトレーニング科学」、「スタミナづくりのためのスポーツ栄養学」、「体力測定データと健康あるいは医療費との関係」などの最新の知見を紹介します。また、実習ではフリーウェイト、自体重負荷などを用いた筋力トレーニングの実技や指導法、体力・移動能力の測定・評価を行います。さらに、「体力測定や科学的データに基づいたプログラム作成」を学ぶことのできる、健康・体力づくりの運動指導に従事する指導者のスキルアップに効果的な内容です。

主催 (NPO)日本健康運動指導士会 共催 (NPO)日本トレーニング指導者協会(JATI)
 後援 公益財団法人健康・体力づくり事業財団 健康日本21推進全国連絡協議会
 開催日 平成30年3月17日(土)～18日(日)

会場 愛知学院大学 日進キャンパス 〒470-0195 愛知県日進市岩崎町阿良池12

受講対象者 健康運動指導士・健康運動実践指導者・その他運動指導者 募集定員 80名

取得単位数 15単位(講義6.0単位・実習9.0単位) (認定番号:176529)

※JATI認定資格保有者は継続単位15単位を取得できます。

※この講習会は、健康運動指導士で一日5単位の更新必修講座を受講済みの方が受講することにより、更新に必要な残りの単位数を全て取得(実習5単位以上を含む専門講座15単位分を取得)する事が出来ます。

受講料 参加料32,400円(税込) 指導士会会員・JATI会員16,200円(税込)

申込方法: 下記の「講習会申込書」にご記入の上、FAX又は郵送にてお送りください。

※二日間講習会は二日間通して受講する方のみのお受付で、一日単位での申込受付は基本的にございません。

受講決定: 申込受付後、「受講決定案内書」を送付致します。到着まで2週間程度お待ちください。

受講料払込: 「受講決定案内書」に同封いたします「払込取扱票」にてお払込ください。

問合せ・申込み先: (NPO)日本健康運動指導士会 事務局 TEL:03-5472-5821 FAX:03-5472-5820

〒105-0004 東京都港区新橋6-20-1 ル・グテリエルBLDG.1-602 e-mail:office@jafias.net

申込受付は平成30年1月17日(水)から開始(先着順。定員に達し次第締め切り)

※受付開始前の申込は全て無効とさせていただきます。

平成29年度第17回本部講習会申込書

FAX番号:03-5472-5820

登録番号	健康運動指導士		健康運動実践指導者		JATI 会員番号	
フリガナ 氏名				性別		年齢
郵便番号	〒					
自宅住所	都・道 府・県					
電話番号				FAX番号		
勤務先						
勤務先住所						
電話番号				FAX番号		
現在従事している業務内容						
運動指導経験	豊富 ・ 普通 ・ 無し					
※他に運動系、医療系の資格をお持ちの方は、資格名称をご記入ください。 ()						

平成29年度第17回本部講習会（H30.3.17-18愛知会場）日程及び詳細

開催日 平成30年3月17日（土）～18日（日）

会場 愛知学院大学 日進キャンパス 〒470-0195 愛知県日進市岩崎町阿良池12

講師 菅野 昌明 日本トレーニング指導者協会 理事、愛知学院大学 心身科学部非常勤講師
健康運動指導士 JATI-SATI

長崎 大 愛知学院大学 心身科学部准教授

島 典広 東海学園大学 スポーツ健康科学部准教授 健康運動指導士 JATI-AATI

平成30年3月17日（土）

9:00 ～10:30 (1.5時間)	講義：トレーニング科学に基づいた運動プログラムの開発 菅野 昌明 先生	サルコペニア、メタボリックシンドローム、肥満、動脈硬化、認知症予防などの運動プログラムの開発に有用なトレーニング科学情報を紹介します。
10:30 ～12:00 (1.5時間)	講義：スタミナづくりのためのスポーツ栄養学 長崎 大 先生	持久性運動、スポーツ時のエネルギーと水分補給方法について紹介します。
12:00～13:00 昼食・休憩		
13:00 ～15:30 (2.5時間)	実習：自体重負荷などを用いたレジスタンストレーニングの実技と指導法 菅野 昌明 先生	初心者・低体力者・中高齢者向けの、自体重、徒手抵抗負荷などを用いたレジスタンストレーニングのテクニックや指導法の実習を行います。
15:30 ～18:00 (2.5時間)	実習：フリーウェイトを用いたレジスタンストレーニングの実技と指導法 菅野 昌明 先生	中・上級者向けのフリーウェイトを用いたレジスタンストレーニングのテクニック、補助法、指導法などの実習を行います。

平成30年3月18日（日）

9:00 ～10:30 (1.5時間)	講義：体力測定の意義と重要性 島 典広 先生	簡易な体力測定を実施してわかってきた体力と健康診断項目および医療費との関係について解説します。
10:30 ～12:00 (1.5時間)	講義：トレーニングプログラム作成の理論とトレーニング科学 菅野 昌明 先生	レジスタンストレーニング、有酸素性持久力トレーニング、柔軟性トレーニングのプログラム作成の理論とプログラム作成に関連する最新のトレーニング科学を紹介します。
12:00～13:00 昼食・休憩		
13:00 ～15:00 (2.0時間)	実習：健康寿命に関連する体力・移動能力の測定・評価 菅野 昌明 先生	運動開始前に不可欠な健康スクリーニングや、健康寿命に関連する体力（柔軟性、筋力、パワー、敏捷性、全身持久力）、移動能力（歩行能力、階段昇降能力）の測定を体験します。
15:00 ～17:00 (2.0時間)	実習：体力測定や科学的データに基づいたトレーニング・プログラム作成実習 菅野 昌明 先生	トレーニング指導者に不可欠なプログラム作成能力を養成するために、健康スクリーニング、体力・移動能力の測定データに基づいた、トレーニングプログラムの作成実習を行います。

※当会へのご入会について

入会をご希望の方は、申込時に、申込用紙の余白に同時入会希望とお書きいただくか、問合せ先宛に「入会希望」として、氏名・資格の登録番号・郵便番号・住所を FAX・e-mail でお知らせください。折り返し、平成29年度下期からの入会案内一式をお送りいたします。入会費用1万円（入金金5千円・平成29年度下期会費5千円）賠償責任保険等、他の入会特典もございます。