

# 2023年度 第10回(NPO)日本健康運動指導士会本部講習会ご案内

※NPO法人日本健康運動指導士会正会員専用受講料割引クーポン利用対象

期日 2024年1月27日(土)

会場 全国家電会館 (〒113-0034 [東京都文京区湯島3-6-1](#))

主催 NPO法人日本健康運動指導士会

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

受講対象者 健康運動指導士、健康運動実践指導者 定員 80名(会場収容人数210名のところ)

取得可能単位 講義3.5単位 実習4.0単位 計7.5単位 認定番号:236688

受講料(税込) 指導士会非会員 16,500円 指導士会会員 8,250円

実施時間	講師	内容
9:20~ 10:50	菅野 昌明 先生 愛知学院大学 心身科学部 非常勤講師 日本トレーニング指導者協会 理事	講義1.5単位 静的ストレッチングと動的ストレッチングの最新のエビデンス
10:50~ 12:50		講義2.0単位 健康維持とボディメイクのためのレジスタンストレーニングの科学
13:40~ 15:10		実習1.5単位 動的ストレッチング、静的ストレッチングの実技と指導法
15:10~ 16:40		実習1.5単位 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
16:40~ 17:40		実習1.0単位 最新のエビデンスを活用したリカバリー戦略

受付開始 2023年11月27日(月)から ※受付開始日前の申込は全て無効となります。

受付締切 2024年1月17日(水)必着 ※但し締切日前でも定員に達した時点で受付は終了となります。

## 2024.1.27(土)開催 第10回本部講習会 申込書

※NPO法人日本健康運動指導士会正会員専用受講料割引クーポン利用対象

クーポン番号  
記入欄 ① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_ ⑤ \_\_\_\_\_

登録番号 健康運動指導士 \_\_\_\_\_ 番 健康運動実践指導者 \_\_\_\_\_ 番

(フリガナ)

登録者氏名 \_\_\_\_\_ 性別 男 ・ 女 (年齢 \_\_\_\_\_ 歳)

自宅住所 〒 \_\_\_\_\_  
都・道  
府・県

電話番号 \_\_\_\_\_ F A X 番号 \_\_\_\_\_

勤務先名称 \_\_\_\_\_

〒 \_\_\_\_\_  
都・道  
所在地 府・県

電話番号 \_\_\_\_\_ F A X 番号 \_\_\_\_\_

運動指導経験 豊富 ・ 普通 ・ 無し 現在従事している業務内容 \_\_\_\_\_

送付先 FAX : 03-5472-5820

問合せ TEL : 03-5472-5821

申込方法は2ページ目をご参照下さい。

## 申込方法及び受講決定

- (1) 申込期間 **受付開始 2023年11月27日(月) ※受付開始日前の申込は全て無効となります。**  
受付締切 2024年 1月17日(水) 必着  
※但し締切日前でも定員に達した時点で受付は終了となります。
- (2) 申込方法 1ページ目の「講習会申込書」にご記入の上、FAX、郵送、メールにてお送りください。  
開催当日の飛入り参加並びに、電話による申込は受付しておりませんのでご了承ください。
- (3) クーポン利用について NPO法人日本健康運動指導士会会員特典の受講料割引クーポンをご利用の際は、  
当会ホームページ ([http://jafias.net/member\\_info.html](http://jafias.net/member_info.html)) に掲載の「クーポン利用規約」をご確認ください。
- (4) 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。
- (5) 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。  
※受講料の払込手数料は、各自のご負担となります。

**※新型コロナウイルスの状況により開催が中止、延期になることもございますので、予めご了承ください。**

## ※当会へのご入会について

当会にご入会いただきました有資格者の方には、受講料の会員割引の他に、賠償責任保険等の入会特典もございます。入会をご希望の方は、講習会申込時に、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、当該年度からの入会案内一式をお送りいたします。なお、同時入会の場合は、講習会開催年度からの入会となります。

①入会費用1万5千円(4～9月入会の場合) ②下期入会費用1万円(10～3月入会の場合) ①、②共に次年度以降は、年度会費1万円をご請求させていただきます。

詳細は当会HPを参照ください。

[http://www.jafias.net/member\\_info.html](http://www.jafias.net/member_info.html)



## 講習会に関する問合せ及び申込先

(NPO)日本健康運動指導士会 事務局 〒105-0004 東京都港区新橋 6-20-1 ル・グラーシエル BLDG. 1-602

TEL : 03-5472-5821 FAX : 03-5472-5820 e-mail : [kosyukai@jafias.net](mailto:kosyukai@jafias.net)

その他、本部講習会及び支部研修会に関する情報は、当会HPをご参照ください。

本部講習会

<http://www.jafias.net/lecture.html>



支部研修会

<http://www.jafias.net/lecture2.html>

